TOSHIBA
Leading Innovation

東芝過熱水蒸気オーブンレンジ 家庭用

取扱説明書・料理集

形　名 **ER-GD400**

- このたびは東芝過熱水蒸気オーブンレンジをお買い上げいただきまして、まことにありがとうございました。
- この商品を安全に正しく使っていただくために、お使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みになり十分理解してください。
- お読みになったあとはお使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管してください。
- 保証書を必ずお受け取りください。

日本国内専用
Use only in Japan

まず初めに必ずしましょう！

STEP 1 「安全上のご注意」を読む(6〜12ページ)
＊必ず守っていただきたいことが記載されています。

STEP 2 「アース」を取り付ける(8ページ)
＊故障や漏電のとき、感電を防ぐためです。

STEP 3 電源プラグを差し込む

STEP 4 とびらを開閉する(12ページ)
＊とびらの開閉で電源が入ります。

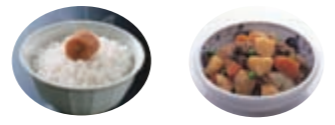
STEP 5 庫内のカラ焼き・脱臭をする(24ページ)
＊カラ焼きして、庫内の油を焼き切ります。
＊庫内が熱くなるので、冷めてから使ってください。

1 〜 5 が終わったら

スタート！

調理を始めましょう！ 20〜23ページを読んで、始めてください。

ごはんやおかずをあたためる …… 25〜27ページ	野菜をゆでる …… 30・33ページ
牛乳をあたためる …… 30〜31ページ	揚げ物をあたためる …… 34・37ページ
生ものを解凍する …… 30・32ページ	お酒をあたためる …… 30〜31ページ

＊日常よく使用するあたためを抜粋して記載しています。
その他、詳しくは右ページの「もくじ」をご覧ください。

レンジ加熱のときは

■角皿・焼網を使わないで、食品を直接庫内に置いてください。

もくじ

準備と確認

調理のしかた

自動調理

手動調理

こんなときは

料理集

この取扱説明書では次のように表しています。

操作手順	操作によって自動的に変わった状態	表示	スチームを使用するメニュー
1 2	▶	点灯中 レンジ　点滅中 レンジ	💧

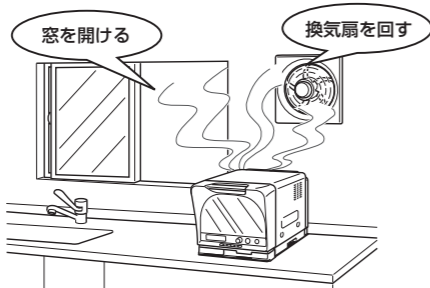
機能・特徴

※庫内の様子やイラストはイメージです。

お使いの前に、「安全上のご注意」(6～12ページ)を必ずお読みください。

ヒーターで加熱するときは

小動物は別の部屋に移して、換気しましょう！

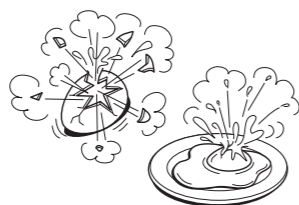
● 煙やにおいに敏感な小鳥などは別の部屋に移し、換気扇を回すか、窓を開けましょう。

● 特に最初、カラ焼きして庫内の油を焼き切るときは、煙が出たり、においがすることがあります。

レンジで加熱するときは

卵は十分割りほぐしてから加熱しましょう！

● 中身も急に加熱され膨張します。そのままでは殻や卵黄膜で密閉された状態のため、加熱すると破裂してやけどの原因になります。

● 取り出した後も、突然破裂することがあります。

- 器に入れ、十分割りほぐしてから加熱する
- ゆで卵は作らない
- ゆで卵のあたため直しもしない

生クリーム、ヨーグルトなど油分の多い食品を加熱しない！

● 食品内部の温度が急激に上がり突然沸騰し、けが・やけどの原因になります。

くり、ぎんなんなど皮や殻のある食品には、切れ目・割れ目を入れましょう！

● そのまま加熱すると、破裂してけが・やけどの原因になります。

安全上のご注意 必ずお守りください

●製品および取扱説明書には、お使いになるかたや他の人への危害と財産の損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために、重要な内容を記載しています。次の内容（表示・図記号）をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

表示の説明	
⚠危険	「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷*[1]を負うことがあり、その切迫の度合いが高いこと」を示します。
⚠警告	「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷*[1]を負うことが想定されること」を示します。
⚠注意	「取り扱いを誤った場合、使用者が軽傷*[2]を負うことが想定されるか、または物的損害*[3]の発生が想定されること」を示します。

図記号の説明	
禁 止	⃠は、禁止（してはいけないこと）を示します。具体的な禁止内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。
指 示	●は、指示する行為の強制（必ずすること）を示します。具体的な指示内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。
注 意	△は、注意を示します。具体的な注意内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

＊1：重傷とは、失明や、けが、やけど（高温・低温）、感電、骨折、中毒などで、後遺症が残るものおよび治療に入院・長期の通院を要するものをさします。
＊2：軽傷とは、治療に入院や長期の通院を要さない、けが、やけど、感電などをさします。
＊3：物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットなどにかかわる拡大損害をさします。

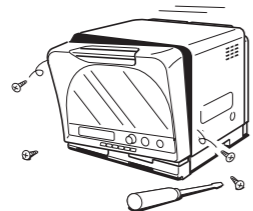
ご使用の前

⚠危険

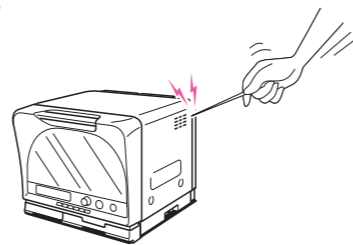
分解禁止

自分で分解・修理・改造をしない

火災・感電・けがの原因になります。
修理は、お買い上げの販売店または東芝生活家電ご相談センターにご連絡ください。

禁 止

吸気口、排気口、給水カセット出し入れ部、穴などにピンや針金などの金属物または異物、指を入れない

感電・けがの原因になります。
もし、異物が中に入ったときは、電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店または東芝生活家電ご相談センターにご連絡ください。

⚠警告

コンセントを単独に使用

電源は、交流100Vで、定格15A以上のコンセントを単独で使用する

交流100V以外で使ったり、コンセントを他の器具と同時に使ったり、延長コードを使うと火災・感電の原因になります。

禁 止

電源コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない

火災・感電の原因になります。

ご使用の前（つづき）

⚠警告

禁 止

電源コードや電源プラグを、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、重いものをのせたり、挟み込んだりしない

電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。

ほこりをとる

電源プラグの刃・刃の取り付け面に、付着したほこりをふき取る

ほこりが付着すると、火災の原因になります。

⚠注意

禁 止

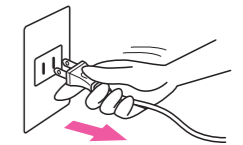
電源コードや電源プラグは、排気口や温度の高いところに近づけない

火災・感電の原因になります。

プラグを持って抜く

電源プラグをコンセントから引き抜くときは、電源プラグを持って引き抜く

コードを持って引き抜くとコードが破損し、火災・感電の原因になります。

プラグを持って抜く

長期間、使用しないときは、電源プラグをコンセントから抜く

絶縁劣化により漏電火災の原因になります。

据え付けるとき

⚠警告

包装材を取り除く

使用前に、包装材はすべて取り除く

取り除かないと運転中に発火し、火災・やけどの原因になります。

包装用ポリ袋は、幼児の手の届かない所に保管または廃棄する

頭からかぶるなどすると、口や鼻をふさぎ窒息する原因になります。

禁 止

燃えやすいもの、熱に弱いものを本体に近づけない

焦げや、火災の原因になります。
たたみ・じゅうたん・テーブルクロスなどの上に置いたり、カーテンなどを近づけないでください。
また、熱に弱い家具やコンセントのある壁面に排気口を向けて設置する場合は、熱変形する恐れがあるため、遠ざけてください。
スプレー缶は引火や破裂の恐れがあるので、近づけないでください。

安全上のご注意

据え付けるとき（つづき）

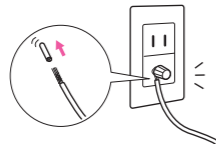
⚠警告

アースを接続する

アースを確実に取り付ける

故障や漏電のときに感電する原因になります。
アースの取り付けは販売店にご相談ください。

●アース端子を使う場合

- アース線が本体のアースねじにしっかり接続していることを確認してから、アース線先端の皮をむき、芯線部をアース端子につなぐ。
電源プラグをコンセントから抜いた状態で接続してください。

●アース端子が無い場合

- アース工事（電気工事資格者によるＤ種接地工事）を行ってください。
工事の依頼はお買い上げの販売店にご相談ください。

ご注意
ガス管、水道管、避雷針、電話のアース線には絶対に接続しないでください
法令で禁止されています。

■次の場合はアース工事（電気工事資格者によるＤ種接地工事）をするように法律で義務付けられています

・湿気の多い場所
食堂のかま場、土間、コンクリート床、酒・しょう油などの醸造・貯蔵所など

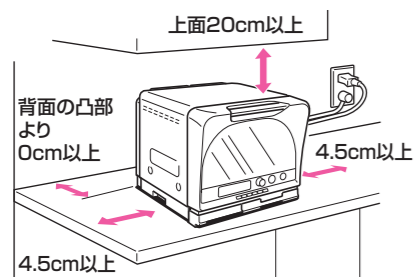
・水気のある場所（漏電遮断器の取り付けも義務付けられています）
水を扱う土間、洗い場などの水気の多い所、地下室のように水滴が漏出したり結露するところ

⚠注意

壁との間をあける

壁との間をあけて置く

過熱し火災の原因になります。
製品の後方上方には庫内からの排気口があります。調理物からの油や蒸気で壁や家具が汚れる場合があるため、汚れが気になるときは、排気が直接あたらないよう、下記の記載寸法以上に壁や家具から離してください。

〔消防法基準適合 組込形〕

場所	離隔距離（cm）
上方	20
左方	4.5
右方	4.5
前方	開放
後方	0
下方	0

禁止

水のかかるところや蒸気の出る機器および火気の近くでは使用しない

火災・感電・漏電の原因になります。

禁止

不安定な場所に置かない

落ちたり倒れたりして、けがの原因になります。
もし地震などで転倒・落下した場合は、そのまま使用せずお買い上げの販売店に点検を依頼してください。
本体の落下・転倒を防ぐための転倒防止金具（別売り：部品コード32582136）をお求めの方は販売店にご相談ください。

使用するとき

⚠警告

異常時は使用を中止する

異常・故障時には直ちに使用を中止する

発火や発煙、感電の恐れがあります。
〈異常・故障例〉
- 電源コードやプラグが異常に熱くなる。
- 使用中に異常な音やにおいがする。
- 自動的に電源が切れないことがある。
- スパーク（火花）または煙が出ることがある。

■すぐに電源プラグをコンセントから抜いて、販売店に点検・修理を依頼してください。

禁止

調理中に、電源プラグを抜き差ししない

抜き差しすると火花が発生し、火災・感電の原因になります。

禁止

子供だけで使わせたり、幼児の手が届くところで使わない

感電・けが・やけどの原因になります。

⚠注意

禁止

とびらにものをはさんだまま使用しない

電波漏れによる、人体障害や発火の恐れがあります。

禁止

排気口や吸気口をふさがない

火災の原因になります。

禁止

とびらや庫内に、無理な力や衝撃を加えない

変形し、電波もれによる人体障害の恐れがあります。また、とびらにぶらさがると本体が倒れて、けがをする原因になります。

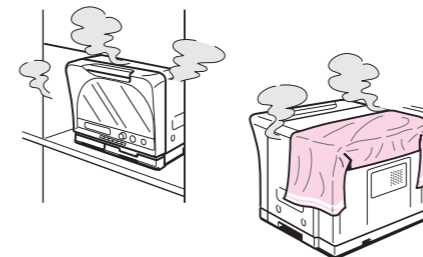
禁止

角皿、庫内底面やとびらのガラスにものをぶつけたり衝撃を加えない

破損して、けがの原因になります。
容器や茶わんの出し入れのときは、庫内底面やとびらのガラスにぶつけないようにしてください。
ガラスにキズがつくと、使用中割れることがあります。

禁止

衣類・布巾類の乾燥、食品の収納など調理以外の目的には使用しない

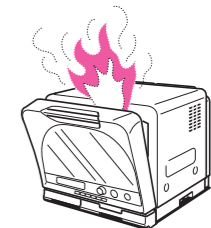
過熱・異常動作して火災の原因になります。

禁止

本体の上に、ものを置いたり、布などをかぶせたりしない

置いたものが過熱し、変形・焦げ・発火の原因になります。

禁止

庫内で食品が燃えたときは、とびらを開けない

とびらを開けると勢いよく燃え、火災の原因になります。

- 食品が燃えたときは次の手順で処置してください。
①とびらを閉めたまま「とりけし」キーを押し、運転を停止する。
②電源プラグをコンセントから抜く。
③本体から燃えやすいものを遠ざけ、鎮火するのを待つ。
④鎮火しないときは、水か消火器で消火する。
- そのまま使用せずに、販売店に点検を依頼してください。

安全上のご注意

レンジ加熱のとき

⚠警告

禁止

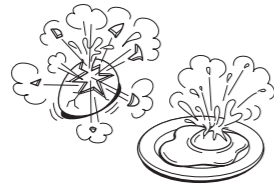
卵は、そのまま加熱しない

電子レンジで卵を加熱すると、内部も同時に急激に加熱され膨張します。殻や、卵黄膜によって密閉状態となっているため、一気に破裂してやけどをする原因になります。また取り出した後に、突然破裂することもあります。
• 卵はよく割りほぐしてから加熱してください。
• ゆで卵は作らないでください。
• ゆで卵のあたため直しもしないでください。

ふたをとる 殻に切れ目を入れる

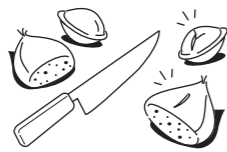
密封性の高い容器のふたやせんをはずし、皮や殻のある食品は、切れ目や割れ目を入れる

破裂して、けが・やけどの原因になります。

禁止

食品は加熱しすぎない

飲みもの（コーヒー、牛乳、水）などの液体は、取り出す時に突然沸騰し、やけどの原因になります。また、容器が熱くなり、割れたり溶ける原因になります。
• 飲みものはあたためる前にスプーンなどでよくかき混ぜてください。

食品の加熱しすぎは発煙・発火の原因となります。
• 手動であたためる場合は50ページの設定時間の目安を参考に時間を設定し、様子を見ながらあたためてください。
• 自動であたためる場合は、分量、容器、ラップのかけ方など取扱説明書の記載内容を守ってください。

食品を移し替える

缶詰、ビン詰、袋詰、レトルト食品、真空パック入り食品は移し替える

発火・破裂・けが・やけどの原因になります。また鮮度保持剤（脱酸素剤）は取り除いてから加熱します。

禁止

生クリーム、ヨーグルトなど油分の多い食品は加熱しない

取り出す時に突然沸騰し、やけどの原因になります。

⚠注意

禁止

庫内がカラのまま、調理しない

本体や庫内が異常に加熱され、高温になり、やけどの原因になります。
また長時間加熱や、少量の食品加熱後も庫内が熱くなり、やけどの原因になりますので終了直後は庫内にふれないでください。

食器や食品を取り出すとき、ラップをはずすときなどは注意する

高温になっていたり、ラップをはずすときに蒸気が一気にでて、やけどの原因になります。

禁止

100g未満の食品は自動調理で加熱しない

食品の温度が正しく検知できず過加熱となり、食品が発火する原因になります。
• 手動で様子を見ながら、加熱してください。

禁止

ふたのある容器は赤外線センサーを使用するレンジ加熱調理に使用しない

ふたがあると食品の温度が正しく検知されず過加熱となり、食品の発火や容器が割れる原因になります。
• 容器のふたをはずして加熱してください。

禁止

角皿、焼き網、アルミホイル、金属容器、金串は使わない

火花が発生し、庫内底面やとびらのガラス割れなどでけがの原因になります。

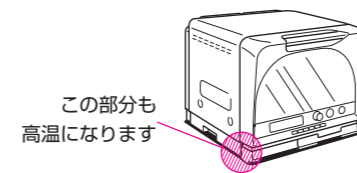
ヒーター加熱・スチーム加熱のとき

⚠注意

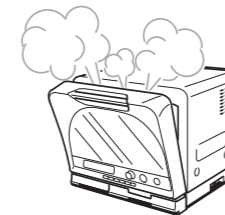
接触禁止

調理中や調理後は、高温部（庫内・とびら・本体・排気口・水受け横部）および取り出した角皿などには触れない

高温のため、やけどをする原因になります。
• 食品の出し入れや付属品の取り扱いには、市販の厚手のミトンを使います。
• 水受けの水は冷めてから捨ててください。

禁止

スチーム調理中や調理後は、顔などをとびらに近づけない

やけどの原因になります。
スチーム調理中や調理後はスチームにご注意ください。とびらを開けるとき、高温のスチームが出ることがあるので、食品を取り出すときも十分ご注意ください。

禁止

破れたミトンや、水にぬれたミトンは使わない

熱く感じることがあります。とくに水や油でぬれたときや破れているときは、やけどの原因になります。

給水カセットの水は使うたびに取り替える
水受けの水は使うたびに捨てる

かびや雑菌の繁殖の原因となります。
• 調理のときは必ず新しい水をお使いください。調理後はカセットの水を捨ててください。
• 熱くなっている場合があるので冷めてから水受けの水を捨てて、水洗いしてください。

小動物を移動する

ヒーター加熱のときは、小鳥など煙や臭いに影響を受けやすい小動物は別の部屋に移す
換気のために換気扇を回すか窓を開ける

特に最初、カラ焼き・脱臭を行って庫内の油を焼き切るときは、煙が出たり、臭いがすることがあります。

禁止

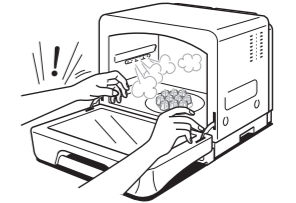
給水カセットが破損した場合は使用しない

けがの原因になります。
ヒビやカケが生じた場合は使用せず、お買い上げの販売店にご相談ください。

スチームに注意する

スチーム調理中や終了後は、残ったスチームの発生に注意する

とびらを開けてすぐに庫内に手を入れるとやけどの原因になります。
調理中にとびらを開けたとき、しばらくスチームが出ている場合がありますので十分ご注意ください。

禁止

スチーム調理中や終了後は、庫内左側面のスチーム吹出口に手を近づけない

やけどの原因になります。

禁止

調理中や調理後はとびら・庫内・角皿・などに水をかけたり、急に冷却しない

割れてけがをしたり、変形の原因になります。また、発生する蒸気やしぶきでやけどをする原因になります。

安全上のご注意

お手入れ

⚠警告

プラグを抜く

お手入れのときは、電源プラグをコンセントから抜く
感電・けが・やけどの原因になります。

ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
感電の原因になります。

⚠注意

プラグを抜き冷めてから

本体の掃除は電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う
感電ややけどをする恐れがあります。

禁 止

食品や肉汁などで、汚れたままにしない
結露した水分はふき取る
電波が汚れた部分に集中して、火花の発生・発煙・発火などの恐れがあります。
また、さびの原因になります。
- 付着した場合は、本体が冷めてから必ずふき取ってください。

水抜き中、とびらは閉めておく
水抜き中も、スチーム調理と同様に、スチームが発生します。
やけどの原因になりますのでとびらは閉めておきます。

お願い

- ヒーター加熱調理で、魚焼きなど油煙の出やすい調理を頻繁にされ、壁面が汚れる場合は、本体上面を開放できる所に置くことをお勧めします。

テレビ・ラジオから3m以上離す
雑音や、映像の乱れを防止するために、受信感度の弱い場所では雑音が小さくなるまでさらに離してください。

熱や、蒸気から離す
保温釜・ポットなどの蒸気が、本体や操作部にかからないようにしてください。故障することがあります。

本体の移動の際は気をつける
製品の左右側面の下部にある「手かけ」を確実に持って移動してください。

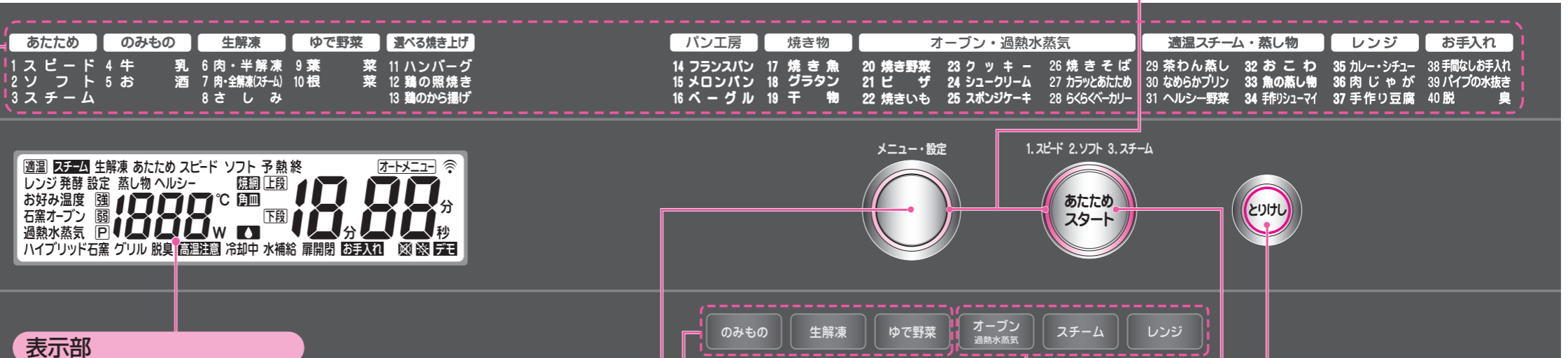
各部のなまえとはたらき

操作部

自動調理メニューには「**タッチメニュー**」※1と「**ダイヤルメニュー**」※2があります。
表示部にメニュー番号が表示されますので、使用するメニュー番号に合わせて、ご使用ください。

ナビダイヤル&イルミネーションガイド

(ダイヤル、スタートキーのうしろが光ります。)
- 操作方法や調理進行状況、調理完了を光でお知らせします。

●ダイヤルを
　回してほしいとき　：　青
　押してほしいとき　：　赤
●最後はスタートキーが　：　点滅

表示部

- 調理メニュー番号や調理内容、温度や時間などを表示します。

レンジ加熱を含む調理のときに📶が点灯し、調理中は点滅します。

とびらメニュー

- 自動調理メニューを光らせて表示します。
表示部に「0」が表示されているとき、とびらを閉じてから1分間点灯します。また、自動調理メニューを選択しているときも点灯します。

※1
タッチメニューキー

- キーを押すと調理メニュー番号4～10を表示します。
- 時間や温度設定が不要なメニューです。(30～33ページ)

手動調理キー

- 調理に応じて時間や温度を設定して使います。(38～50ページ)

とりけしキー

- 設定の取消/調理の中止に使います。

あたため/スタート兼用キー

- キーを押すと調理メニュー番号1～3を表示します。
- ごはん、おかずのあたためにに使います。(25～27ページ)
　※キーを押すとすぐに加熱が始まります。
- タッチメニュー(4～10)、ダイヤルメニュー(11～40)、手動調理キーのスタート/再スタートのときに使います。

メニュー設定ダイヤル

(ダイヤルメニュー /時間/温度/仕上がり調節)

回すとダイヤルメニュー、時間、温度、仕上がり調節などが設定でき、押すと設定した内容を決定します。

※2
ダイヤルメニュー
- ダイヤルを回すと調理メニュー番号11～40を表示します。
- とびらに表示してあるメニュー(11～37)、お手入れ(38～40)の選択に使います。

時間
- 手動調理の時間の設定や、調理中の時間の増減に使います。
　右に回すと長くなり、左に回すと短くなります。

温度
- 手動調理(過熱水蒸気/石窯オーブン/適温スチーム/お好み温度)の温度の設定に使います。
- 手動調理(過熱水蒸気/石窯オーブン/適温スチーム)動作中の温度の変更に使います。

仕上がり調節
- 自動調理の仕上がり調節に使います。右へ回すと〔強め〕に、左へ回すと〔弱め〕になります。

省エネ機能

オートパワーオフ

使用していないときは自動的に電源が切れる機能です。

■「0」が表示されている状態で、5分以上とびらの開閉がないと自動的に電源が切れます。
　＊状況によって、自動で電源が切れないことがあります。
　そのときは、とびらを開閉すると5分後に切れます。
　ただし、「高温注意」表示されている間は、とびらを開閉しても電源は切れません。

■とびらの開閉で電源が入ります。(表示部に「0」が表示されます)
　電源プラグを差し込んだだけでは電源は入りません。

庫内灯について

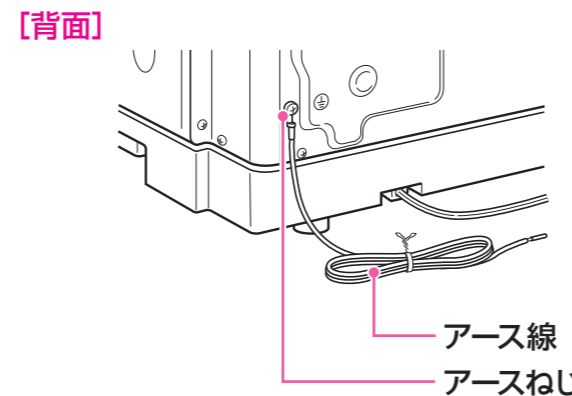
■予熱中は点灯しません。
■とびらを開けると点灯しますが、開けたままにしておくと2分後に自動的に消灯します。

各部のなまえとはたらき(つづき)

本 体

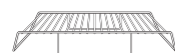
［正面］

※「上ヒーター」「熱風ヒーター」「スチームヒーター」は庫内の外側に位置していますので、見えません。

［背面］

付属品 付属品は正しくお使いください

■角皿(鉄板)2枚

- スチーム、適温スチーム、オーブン、グリル調理、発酵に使います
  ※表示部に(レンジマーク)が表示されるレンジ加熱調理では火花が出るため使えません。
  【らくらくベーカリーの発酵など】

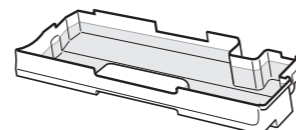
■焼網1枚

- スチーム、適温スチーム、オーブン、グリル調理、カラッとあたためで使います
  ※表示部に(レンジマーク)が表示されるレンジ加熱調理では火花が出るため使えません。

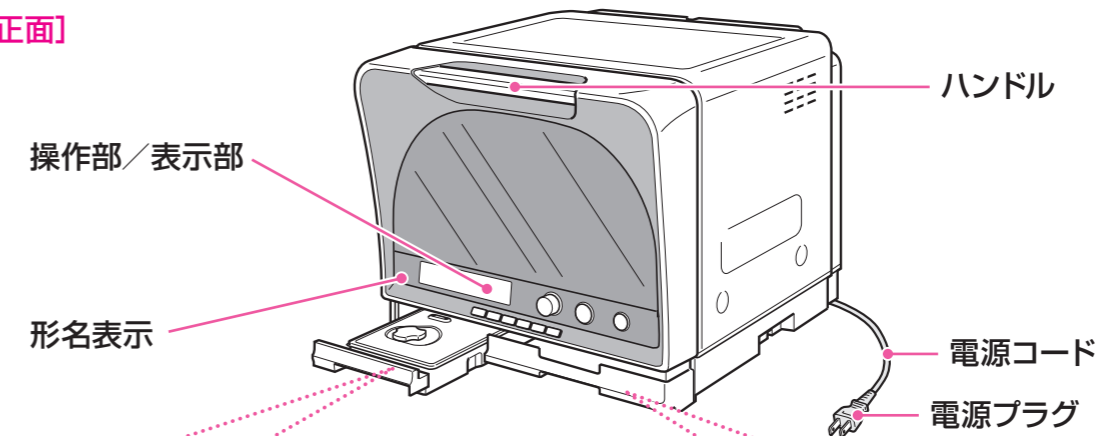
付属スチーム容器

付属スチーム容器の製品へのセットのしかたや使いかたの詳細は15ページをご覧のうえ、正しくお使いください。

■給水カセット1個

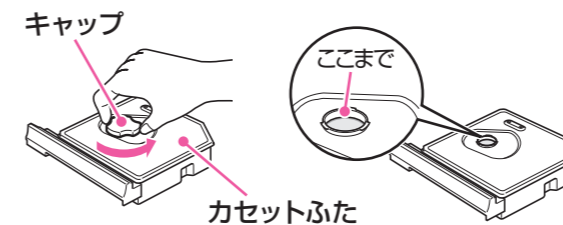
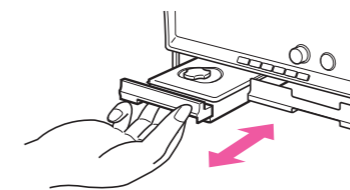
スチームに供給する水を入れる容器です。使わないときも、本体にセットしておきます。

■水受け1個

食品カスや水滴、スチームの水などを受ける容器です。スチームを使わないときも、本体にセットしておきます。

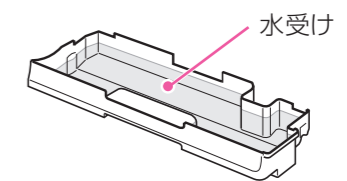
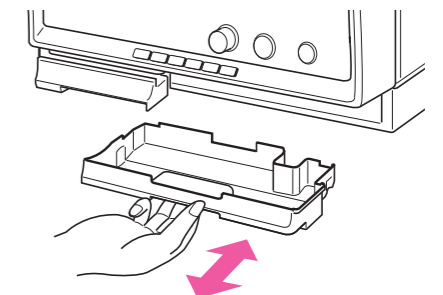
［正面］

給水カセット

スチームに供給する水を入れる容器です。
使わないときも、本体にセットしておきます。
満水(約450cc)でスチーム約25分、過熱水蒸気約60分の調理ができます。

■水の入れかた

スチームを使う調理のとき、キャップを開け、そそぎ口にかかるまで水道水を入れてセットします。

■取り付けかた・はずしかた

- キャップとカセットふたが確実に閉まっていることを確認してください。
- 奥に当たるまで差し込みます。
- 傾けると水がこぼれる恐れがありますので、常に水平の状態で扱ってください。

水受け

食品カスや水滴、スチームの水などを受ける容器です。スチームを使わないときも、本体にセットしておきます。

■取り付けかた・はずしかた

- 水がたまっている場合がありますので、気を付けてはずしてください。
- 調理前に確実にセットされていることを確認します。

スチームを使用したときは 55 ページに従ってお手入れを行ってください。

お願い

- スチームを初めて使用するときや、長い間使用していないときに汚れなどが気になる場合は、54ページ「スチームを使ったお手入れのしかた」を行ってください。
- 給水カセットと水受けはいつも清潔にしておいてください。
- 使用する水は、水道水を使用してください。ミネラルウォーター、アルカリイオン水、井戸水などは使用しないでください。長時間使用した場合にスチーム吹出口が詰まることがあります。
- スチーム調理を行う場合は、必ず給水カセットに満水まで水を入れ、水受けと共に確実に本体にセットしてください。水が少なかったり、半挿入でスチーム調理を行うとエラー表示「水補給」が出て、上手に調理できないことがあります。
- 給水カセットには水以外は入れないでください。故障の原因になります。
- 5℃以下の環境では使用しないでください。水が凍ってスチームが出なくなります。

加熱のしくみ

加熱・調理の種類		加熱のしくみ	調理のポイント	使える付属品 使えない付属品
レンジ加熱	レンジ	**電波で加熱します** ・電波が当たると食品の水分子が摩擦運動をし、熱を出します。これにより、食品は内部と外面が同時に加熱されます。 ■電波の性質 食品や水分には吸収される 陶器や磁器などは透過する 金属性容器、アルミのレトルトパックなどは反射し、加熱できない	●加熱時間は食品の分量にほぼ比例します。分量を2倍にしたら、加熱時間も2倍弱にしてください。 ●食品の水分が飛び、乾燥したり固くなりやすいため、時間は短めに設定して様子を見ながら調理してください。 ●食品は直接庫内に置いてください。	付属品は使えません 火花が飛び火災の原因になります 角皿 × 焼網 ×
	お好み温度	**設定した温度にあたためます** ●食品の仕上がり温度を赤外線センサーが検知します。	●－10～90℃のお好みの温度に仕上げることができます。 ベビーフードのあたため、バターをクリーム状にするときなどに適しています。 ●仕上がり温度は41ページを参考に設定してください。 ●仕上がり温度を優先する加熱のため、時間は設定しません。	
	スチームレンジ	**レンジとスチームで加熱します**		
スチーム加熱	スチーム	**スチームで加熱します** （スチームのみでレンジは使いません）	●茶わん蒸しなどの蒸し物に使います。	角皿 ○ 焼網 ○
	適温スチーム	**火加減の難しい調理を95℃以下の低温のスチームで加熱します**		

加熱・調理の種類		加熱のしくみ	調理のポイント	使える付属品 使えない付属品
ヒーター加熱	オーブン 石窯オーブン 過熱水蒸気 ハイブリッド石窯	ヒーターとファンのはたらきで、過熱水蒸気や熱風をすみずみまで広げ、食品を包み込むように加熱します。 **石窯オーブン…** ●強力な熱風で食品を包み込むように効率的に焼き上げます。 **過熱水蒸気…** ●水蒸気を加熱し100℃以上になった無色透明の気体で、熱効率が非常に高く食品をすばやく加熱できます。 ●脱油効果もあり、食品に含まれる余分な油脂を落としてヘルシーに仕上げます。 **ハイブリッド石窯…** ●過熱水蒸気と高火力のヒーターで焼き上げます。 ●余分な油脂を落としつつ、おいしさを残す調理方法です。	●食品がふくらむ料理があります。適度に間を空けて置いてください。 ●食品の様子を見ながら加熱してください。続けて加熱するときなど庫内温度が高いときは、調理時間を短く設定して様子を見ながら調理してください。 ●加熱中は庫内温度が下がりやすいので、とびらの開閉はできるだけ少なくしてください。 ●焼きムラが気になるときは、途中で食品の前後を入れ替えたり、焼き色の濃い部分にアルミホイルをかけてください。 ●焦げすぎないよう、加熱後は直ぐに食品を取り出してください。	角皿 ○ 焼網 ○ 料理集に従って組み合わせてください。
	グリル	上ヒーターの強い熱で食品の表面に焦げ目をつけます。	●均等に焼き色をつけるために、加熱途中で食品を裏返してください。 ●加熱後は、焦げすぎを防ぐため、直ぐに食品を取り出してください。	角皿 ○ 焼網 ○
	発酵	温度を制御しながら、ヒーターとファンで加熱します ●スチームを使った発酵もあります	●パン生地などの発酵に使います。	角皿 ○ 焼網 ×

使える容器・使えない容器

容器の種類：**ガラス**	レンジ、 スチーム（蒸し）のとき	過熱水蒸気・石窯オーブン、 グリルのとき
耐熱性がある	○ 使えます ・ただし、加熱後急冷すると、割れることがあります。 ・自動であたためるときはふたをはずしてください。	○ 使えます ただし、加熱後急冷すると、割れることがあります。
耐熱性がない カットグラス、強化ガラスなど	× 使えません ガラスの厚みの変化が大きなもの、ひずみのあるものも使えません。	× 使えません

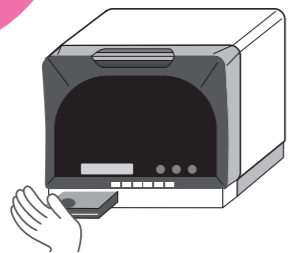
容器の種類：**プラスチック**	レンジ、 スチーム（蒸し）のとき	過熱水蒸気・石窯オーブン、 グリルのとき
耐熱性がある （耐熱温度140℃以上） 「電子レンジ使用可能」表示があるもの	○ 使えます ・ただし、ふたには熱に弱い物、密閉性の高い物がありますのではずしてください。 ・油脂、糖分の多い食品を入れると、高温になりとけることがあるので使えません。 ・自動であたためるときはふたをはずしてください。	× 使えません とけて変形したり割れたりすることがあります。
耐熱性がない （耐熱温度140℃未満）	× 使えません 電波で変形するもの（ポリエチレン・スチロール・フェノール・メラミン・ユリア樹脂など）は使えません。 ※ただし生解凍では発泡スチロール製のトレイが使えます。	× 使えません

容器の種類：**金属**	レンジ、 スチーム（蒸し）のとき	過熱水蒸気・石窯オーブン、 グリルのとき
アルミ・ホーローなどの金属容器、金網、金串	× 使えません とくに金網、金串は火花が飛ぶことがあります。	○ 使えます ただし、取っ手が樹脂の物は使えません。 一部のメニューでは使えません。

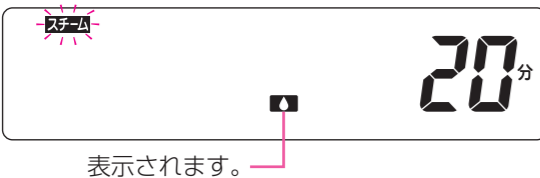
容器の種類：**陶磁器・漆器**	レンジ、 スチーム（蒸し）のとき	過熱水蒸気・石窯オーブン、 グリルのとき
陶器・磁器	○ 使えます ・ただし、金・銀粉、金・銀箔使用の容器は火花が飛ぶことがあるので使えません。 ・電波で熱くなるものがあります。やけどに注意してください。	× 使えません ただし、耐熱性のある陶器、磁器土鍋、グラタン皿などは使えます。
漆器	× 使えません 塗りが剥がれたり、ひびが入る恐れがあります。	× 使えません

容器の種類：**その他**	レンジ、 スチーム（蒸し）のとき	過熱水蒸気・石窯オーブン、 グリルのとき
木・竹・紙製品	× 使えません 金属物を使っている物は、スパークしたり、燃えたりすることがあります。ただし、らくらくベーカリー・スチームレンジでは、耐熱加工を施した紙やオーブンシートを使うことができます。	× 使えません ただし、耐熱加工を施した紙やオーブンシートは使えます。
アルミホイル	× 使えません ただし、レンジ加熱で生解凍を行うときなどに電波を反射する性質を利用して部分的に使うこともあります。 取扱説明書・料理集の記載に従って使用してください。 酒のかん：31ページ 生解凍　：32ページ	○ 使えます 角皿に敷いたり、こげ目の加減をするときやホイル焼きに使います。 一部のメニューでは使えません。
ラップ（耐熱温度140℃以上）	○ 使えます ただし、油分の多い料理は高温になるので使えません。 ポリエチレン製のラップは溶けて燃えることがあるので使えません。	× 使えません 高温になり、溶ける恐れがあります。

使いかたのポイント

準備

■ 💧がついているメニューは必ず給水の準備をする
（表示部に 💧 が表示されます）

※給水の準備は15ページを参照ください

スチーム 20分

表示されます。

■付属品・容器は加熱（メニュー）に合ったものを使用する

●「使える容器・使えない容器」（18～19ページ）と料理集を参照してください。

●レンジ加熱では、角皿・焼網は使用しない。
→火花が飛び、故障の原因になります。

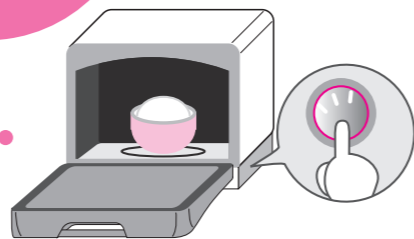
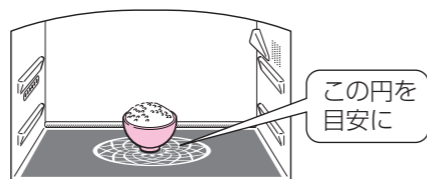
レンジ加熱が含まれる調理のときに表示されます。
調理中はレンジ加熱工程のときに点滅します。

レンジ 設定 600W 1分30秒

■ダイヤルメニュー（11～37）の選択中は料理集のページが表示されます

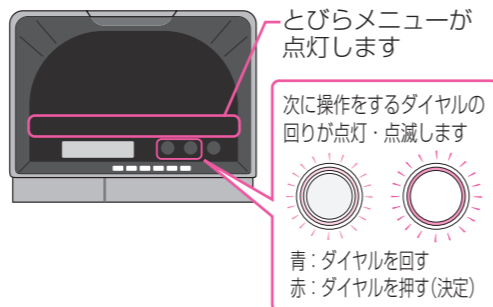
レンジ P170 オートメニュー 35

料理集のページが表示されます。

食品を入れる　設定

■食品は庫内中央の円を目安に置く

■自動加熱のとき

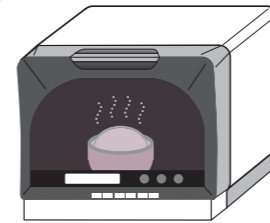
●「あたため／スタート」キー、「タッチメニュー」キーを押したとき、「ダイヤル」を回したとき
→とびらメニューやイルミネーションガイドが点灯します。

次に操作をするダイヤルの回りが点灯・点滅します

青：ダイヤルを回す
赤：ダイヤルを押す（決定）

●お好みの仕上がりにしたいときは
→スタート後15秒以内にメニュー設定ダイヤルを回して〔強め〕・〔弱め〕を加減します。

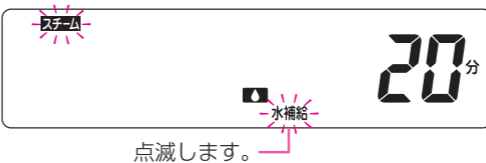
●取扱説明書・料理集に記載してある材料・分量・料理方法を守ってください。
・材料・分量・調理方法が違うと、仕上がりが悪くなることがあります。
また場合によっては食品が発煙・発火する原因になります。

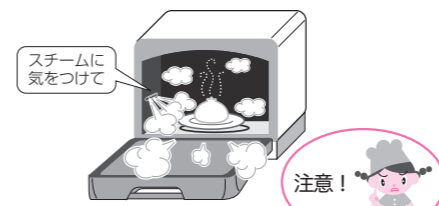
指定分量以外の場合や市販の料理本の料理は、手動で様子を見ながら加熱してください。

調理中

■スチームを使用する調理のとき

●水補給
調理途中に給水カセットの水がなくなるとブザーが鳴り、「水補給」が点滅するので、水を追加してください。
→水がないまま調理を続けると、でき上がりが悪くなることがあります。
表示が出たら早めに水を追加してください。
水の追加は調理を続けたままできます。

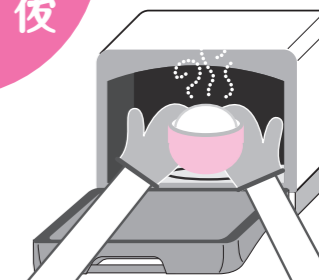
スチーム 20分

点滅します。

※水を追加後しばらくすると「水補給」の表示が消えます。
※調理が一時停止したときは給水カセットに水を入れ取り付けた後、「あたため／スタート」キーを押してください。

●調理中にとびらを開けるときは
・庫内から出てくるスチームに気をつけてください。
・スチーム吹き出し口からしばらく高温のスチームが出ている場合があります。

庫内温度によりスチームは目に見えない場合があります。特に過熱水蒸気は目に見えません。

・自動調理中にとびらを開けたときは とりけし を押し、手動加熱で様子を見ながら加熱してください。

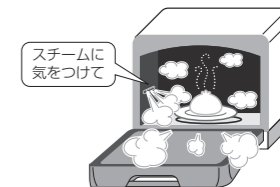
室温・形・量・大きさ・初期温度・電源電圧などにより、焼き上がりの状態が変わります。
加熱途中で食品の上下前後を入れ替えたり、部分的にアルミホイルをかけると上手に仕上がります。

調理終了後

■取り出すとき

熱くなっているので気をつける

・とびらはガラス面以外も熱くなります。

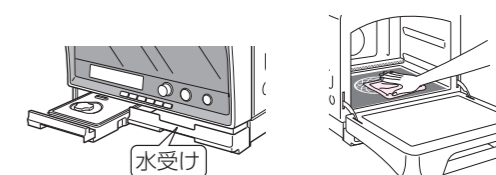
この部分も高温になります

・取り出した食品や付属品は熱に弱い場所には置かないでください。
・市販の厚手のミトンを両手に使用して、素手で食品や付属品などに触れない様気をつけてください。
→ミトンは厚手のものを使用する。やぶれていたり、水にぬれたものは使用しない。
・スチームを使用したときは、とびらをあけると庫内からスチームが出てくることがあるので気をつけてください。

■追加加熱するときは

●繰り返して作るときは
→自動調理メニュー1～10、28～37、お好み温度、発酵は庫内が熱い場合は冷めるまで待つか、手動で様子を見ながら加熱をしてください。

●加熱が足りないときは
→手動で様子を見ながら加熱をしてください。（38～50ページ）

■スチームを使用したとき（お手入れ）

・55ページに従ってお手入れを行ってください。
→水受けも熱くなることがありますので、本体と水受けが冷めてから作業をしてください。

レンジで加熱するときは

レンジを使うあたため、のみもの、生解凍、ゆで野菜とお好み温度は、「赤外線センサー」が食品の表面温度を検知しながら加熱します。以下の内容をお読みになり、正しくお使いください。
「赤外線センサー」が正しく検知できないと、食品が沸騰したり、加熱が不十分になることがあります。

レンジを正しく使うコツ

次のレンジ加熱調理をするときに、「赤外線センサー」が食品温度を検知します

● あたため (25〜27ページ)
● のみもの (30〜31ページ)
● 生解凍 (30・32ページ)
● ゆで野菜 (30・33ページ)
●お好み温度 (40〜41ページ)

■ラップは何重にも重ねない、重なり合う部分を下にして置く

食品によってラップを使うときと、使わないときがあります。
各メニューの説明をお読みください。

➡ ラップを重ねると正しく温度が検知できず、仕上がりが悪くなることがあります。また、食品の焦げ・発煙・発火の原因になります。

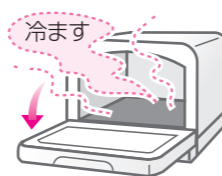
■ふたはかぶせない

- 陶器製、ガラス製、プラスチック製などのふたは使わない。
- 市販のお弁当のふた、アルミホイルなども外す。

➡ 赤外線センサーが正しい食品温度の検知をできないため、上手にあたためられません。

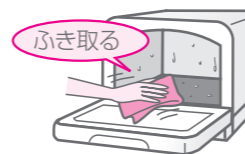
■続けて使うときは、必ず庫内を十分冷ます

- 表示部に「**高温注意**」が表示されたときは、消えるまで待つ。

➡ 庫内が熱いと赤外線センサーがうまく検知できません。
熱に弱い容器(プラスチック製など)が溶けたり変形したりすることがあります。

■容器は、食品の量に合った大きさのもので、できるだけ背が低く、口の広いものを使う

➡ 食品の温度をより正しく検知するためです。

■庫内の食品カスや水滴(庫内・とびら)などはふき取ってから食品を入れる

➡ 食品の温度を正しく検知できないため、仕上がりが悪くなることがあります。

赤外線センサーって?

食品から放射される赤外線の量を測定して、表面温度を検知するセンサーです。
表面温度を検知しながら加熱するため、食品の初期温度や容器の重さなどの影響を受けないで、設定された温度に加熱できます。

⚠注意

100g未満の食品は自動調理で加熱しない

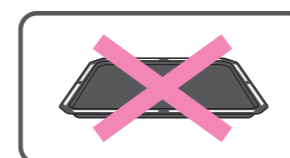
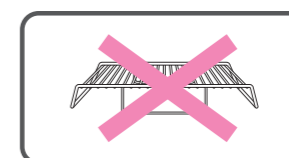
食品の温度が正しく検知できず過加熱となり、食品が発火する原因になります。
- 手動で様子を見ながら、加熱してください。

ふたのある容器は赤外線センサーを使用するレンジ加熱調理に使用しない

ふたがあると食品の温度が正しく検知されず過加熱となり、食品の発火や容器が割れる原因になります。
- 容器のふたをはずして加熱してください。

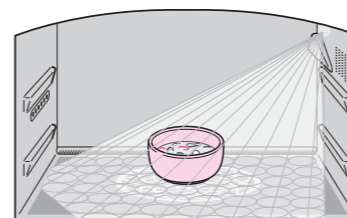
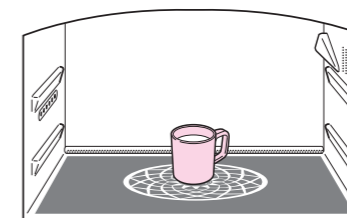
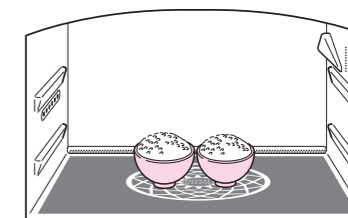
食品の上手な置きかた

■角皿・焼網は使えません

➡ 使うと火花が飛び、故障の原因になります。

角皿

焼網

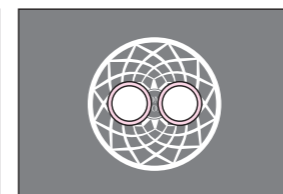
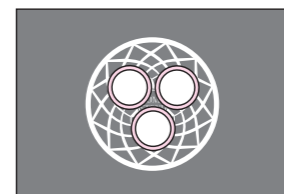
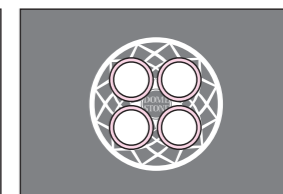
■食品は庫内の中央に直接置く(複数のときは中央に寄せて置く)

➡ 端に置くと、仕上がりが悪くなることがあります。
➡ 小さなものを端に置くと、正しく検知できないことがあり、食品が発煙・発火する原因になります。
➡ のみものを端に置くと、加熱中に沸騰して、やけどの原因になります。

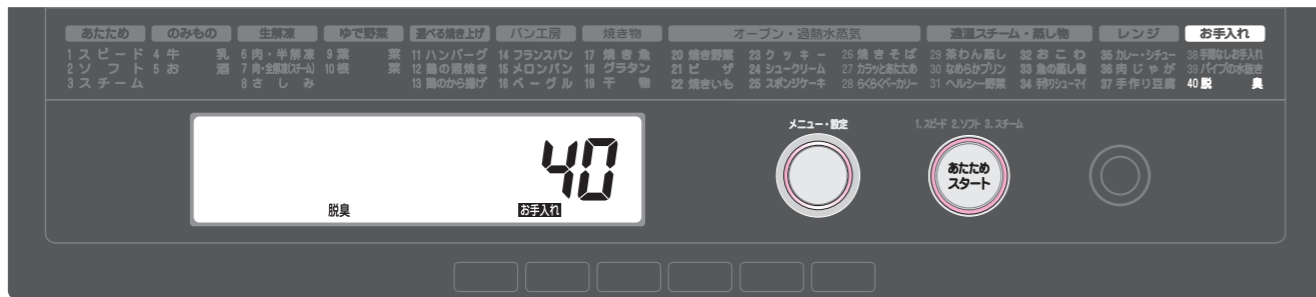
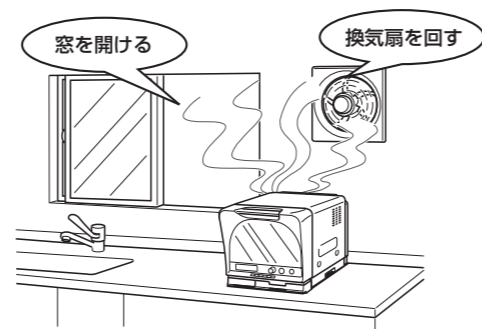
《赤外線センサーの検知イメージ》

《置きかたの例》

(あたためる食品が1つのとき)

(あたためる食品が複数のとき)

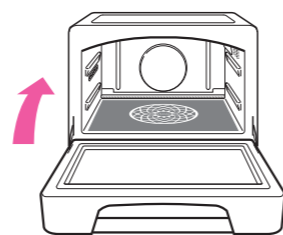
《個数に合わせた置きかた》

1個

2個

3個

4個

お使いになる前に…

庫内のカラ焼き・脱臭

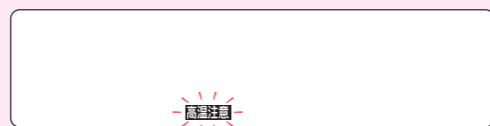
初めてお使いのときは、お手入れ 機能の「40 脱臭」を使って油を焼き切っておきます。
最初、煙が出たり、においがすることがありますが、故障ではありません。
小鳥などの小動物は別の部屋に移し、換気のために換気扇を回すか窓を開けてください。

庫内のカラ焼き・脱臭をする

1 庫内には何も入れないで、とびらを閉める

2 を回して お手入れ の **40 脱臭** に合わせる

3 あたためスタート を押す

スタート!

▶ブザーが3回鳴って脱臭終了

●表示部に「高温注意」が表示されます。

とびらを開け、温度が下がるのを待つ

- とびらのガラス面や庫内が熱くなっているので、気をつけてください。
- くり返して脱臭をしないでください。

庫内のにおいが気になるときは、庫内の汚れをふきとってからカラ焼き・脱臭しましょう

ワンタッチでスタート!

あたため（スピード・ソフト・スチーム）

付属品は使えません

食品を入れて「**あたため**」キーを押すだけで簡単に食品をあたためることができます。
あたためには「スピード」「ソフト」「スチーム」の3つの種類があります。
★一度にあためられる分量は100〜600gです。
★冷凍した食品は100〜300g、スチームの場合は100〜200gです。

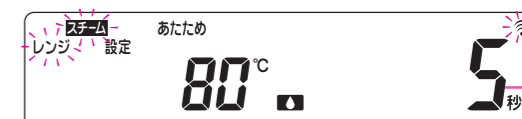
速くあたためたいとき
1回押すと 1 スピード
はじけやすいおかずには
2回押すと 2 ソフト
しっとりあたためたいとき
3回押すと 3 スチーム

例：ごはんを 3 スチーム であたためる

1 給水の準備をし、食品（ごはん）を入れる

- 給水の準備は15ページ参照。

2 あたためスタート を**3回**押す

- 押すごとに 1 スピード → 2 ソフト → 3 スチーム と変わります。(5秒以内)

食品やメニューによっては、途中から残り時間を表示することがあります。

あたためスタート!

▶ブザーが3回鳴って加熱終了

●食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

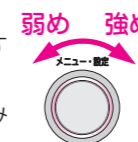
容器が熱くなっているので、気をつけてください。また、スチーム吹出口から出るスチームに気をつけて取り出してください。

3 スチーム の使用後は… （終了後のお手入れについては**55ページ**参照）

■お好みの仕上がりを選ぶには

→ スタート後、15秒以内に を回して強め弱めを加減する

- 右へ回すと〔強め1、2、3、4〕、左へ回すと〔弱め1、2、3〕が設定できます。
（〔強め4〕はソフトのみ設定でき、とろみのあるおかずのときのみに使います）

弱め　強め

■お好みの温度にしたいとき

→ お好み温度で温度を設定してあたためる（40〜41ページ参照）

■終了後さらにあたためたいとき

→「レンジ」で様子を見ながら行う（38〜39・50ページ参照）

■加熱中にとびらを開けたとき

→「とりけし」を押し、「レンジ」で様子を見ながらあたためる（38〜39・50ページ参照）

■調理途中で給水カセットの水がなくなると

→ ブザーが鳴り表示部に「水補給」が点滅するので、給水カセットに水を追加する

- 水を追加してしばらくすると「水補給」の表示が消えます。（調理途中でも給水カセットに水を追加することができます）

「あたため」の上手な使いかた

もう読みましたか？

使いかたのポイント　（20 ～ 21 ページ）
レンジを正しく使うコツ　（22 ～ 23 ページ）

■スピードまたはソフトで上手にあたためるコツ

●室温や冷蔵の食品はラップをしないで、次のようにあたためる
- ごはん…かたまりはほぐし、冷蔵のごはんなど固めのものは水を振りかけます。
- 煮もの…煮汁を切ります。
- 蒸しもの…パサついているときは霧を吹きます。
- 汁もの…仕上がり調節を〔強め〕に設定します。
- 焼魚…仕上がり調節を〔弱め〕に設定します。

●冷凍した食品はラップをして、器にのせてあたためる
- **冷凍ごはん**
  ラップに包んだ冷凍ごはんはラップの重なっている方を下にして皿にのせます。

- **冷凍シューマイ**
  仕上がり調節を〔強め〕にしてあたためてください。

●正しいラップのしかた●

※ラップは食品にぴったりつけてください。
すき間があると赤外線センサーがうまく検知できず、食品の発煙・発火の恐れがあります。

●カレーや八宝菜のようなとろみのある食品はラップをしてあたためる
- 深めの器に入れ、ラップしてあたためた後、混ぜ合わせます。
- スピードあたためではうまくあたためられない場合があります。
  ソフトあたためであたためてください。
- 冷凍の場合は「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。
  （38～39・50ページ）

■スチームで上手にあたためるコツ

●ラップやふたをしないであたためる
- ラップはしません。スチームにより食品の乾燥を防ぎ、しっとりふっくらあたためます。
- ごはんは仕上がり調節を〔標準〕に、蒸しものやおかずは仕上がり調節を〔強め〕に設定してあたためると、上手にあたためられます。

●カレーや八宝菜のようなとろみのある食品はあたためない
- 「あたため（ソフト）」〔強め4〕であたためてください。

●「あたため（スピード・ソフト）」より時間がかかる
- 出力を400Wにコントロールしているため、時間が長くかかります。
  （スピードあたために比べて、約2倍の時間がかかります。）

※中華・肉・あんまんは大きさによっては上手にあたたまらないことがあります。

●複数の食品をあたためるときは
- 食品の分量や初期温度をそろえます。
  食品の分量が極端に異なったり、あたためる前の食品に温度差があると、均等にあたたまりません。

●ごはん/冷凍ごはん/速くおかずをあたためたいとき
→「1 スピード」で

1000W で素早くあたためます

●はじけやすいおかず/とろみのあるおかず/汁物/冷凍したおかず
→「2 ソフト」で

例えば…
- はじけやすいおかず：焼き魚、コロッケ
- 乾燥してかたくなりやすいおかず：から揚げ、焼肉
- 汁物：スープ、みそ汁
- とろみのあるおかず：カレー、シチュー、八宝菜

出力を自動で調節して上手にあたためます
＊スピードあたためより時間がかかります。

●しっとりあたためたいおかず
→「3 スチーム」で

例えば…
シューマイ、肉まんなど

スチームを出してしっとりあたためます
＊スピード・ソフトあたためより時間がかかります。

●牛乳
→タッチメニュー「**のみもの**」で**牛乳**を選んで

➜ 30 ～ 31 ページ

●お酒
→タッチメニュー「**のみもの**」で**お酒**を選んで

➜ 30 ～ 31 ページ

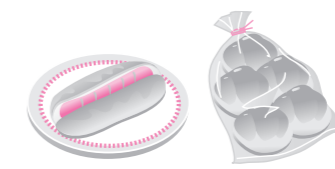
●コーヒー・水などののみもの
→「**レンジ**」で出力と時間を設定して

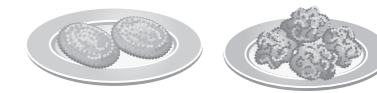
➜ 38 ～ 39・50 ページ

●肉や魚の解凍
→タッチメニュー「**生解凍**」でコースを選んで

➜ 30・32 ページ

●パン
→「**レンジ**」で出力と時間を設定して

➜ 38 ～ 39・50 ページ

●揚げもの、焼きものなどの調理済み食品
→ダイヤルメニュー「**カラッとあたため**」で

➜ 34・37 ページ

冷凍ゆで野菜
→「レンジ」で出力と時間を設定して

➜ 38 ～ 39・50 ページ

＊コーンやミックスベジタブルなどは多めに水をふって耐熱容器に移し替えてください

●市販の調理済み冷凍食品（コロッケなど）
→「レンジ」で出力と時間を設定して

➜ 38 ～ 39・50 ページ

＊パッケージ記載内容を参考にして様子を見ながらあたためてください

自動調理メニュー一覧

メニュー番号
調理(1～37)/お手入れ(38～40)

タッチメニュー・ダイヤルメニューで使う付属品と参照ページ

「1.スピード」「2.ソフト」「3.スチーム」は 25 ～ 27 ページをご覧ください。

	操作ページ	メニュー分類 参照ページ	食品の置きかた	給水の準備	使用する付属品
タッチメニュー	30ページ のみもの	4.牛乳 31ページ		空	付属品は使えません
		5.お酒 31ページ		空	
	30ページ 生解凍	6.肉・半解凍 32ページ		空	
		7.肉・全解凍(スチーム) 32ページ		満水	
		8.さしみ 32ページ		空	
	30ページ ゆで野菜	9.葉菜 33ページ		空	
		10.根菜 33ページ		空	
ダイヤルメニュー	■ 選べる焼き上げ				
	34ページ	11.ハンバーグ ※ 72ページ		※ 満水	
		12.鶏の照焼き ※ 74ページ		※ 満水	
		13.鶏のから揚げ ※ 84ページ		※ 満水	
	■ パン工房				
	35ページ	14.フランスパン 99～103ページ		満水	
		15.メロンパン 104ページ		空	
	34ページ	16.ベーグル 105ページ		満水	
	■ 焼き物				
	34ページ	17.焼き魚 75ページ		空	
		18.グラタン 81～82ページ		空	
		19.干物 75ページ		空	
	■ オーブン・過熱水蒸気				
	34ページ	20.焼き野菜 78～79ページ		空	
	35ページ	21.ピザ 93～94ページ		空	

※焼き上げかたで〈石窯オーブン〉を選んだ場合はスチームは使いません。給水カセットは空のままセットします。

	操作ページ	メニュー分類 参照ページ	食品の置きかた	給水の準備	使用する付属品
ダイヤルメニュー	■ オーブン・過熱水蒸気				
	34ページ	22.焼きいも 83ページ		空	
		23.クッキー 135～136ページ		空	
	35ページ	24.シュークリーム 130～131ページ		満水	
	34ページ	25.スポンジケーキ 126～127ページ		満水	
		26.焼きそば 86ページ		満水	
		27.カラッとあたため 37ページ		満水	
	36ページ	28.らくらくベーカリー 123ページ	発酵 付属品は使えません	焼き上げ	空
	■ 適温スチーム・蒸し物				
	34ページ	29.茶わん蒸し 156ページ		満水	付属品は使えません
		30.なめらかプリン 158ページ		満水	
		31.ヘルシー野菜 161～168ページ		満水	
		32.おこわ 154～155ページ		満水	付属品は使えません
		33.魚の蒸し物 149～150ページ		満水	
		34.手作りシューマイ 152ページ		満水	
	■ レンジ				
	34ページ	35.カレー・シチュー 170～172ページ		空	付属品は使えません
		36.肉じゃが 173ページ		空	
		37.手作り豆腐 182～183ページ		空	

お手入れで使う付属品と参照ページ

	メニュー分類 参照ページ	給水の準備と付属品の使用
ダイヤルメニュー	■ お手入れ	
	38.手間なしお手入れ 54ページ	満水 汚れを落としたい付属品を入れます。
	39.パイプの水抜き 55ページ	を本体からはずします
	40.脱臭 24ページ	空 付属品は使いません

のみもの　生解凍　ゆで野菜

専用キーで手軽に自動調理

タッチメニュー操作

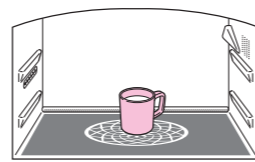
のみもの/生解凍/ゆで野菜

付属品は使えません

タッチメニューには「のみもの」「生解凍」「ゆで野菜」の3種類のキーがあります。
31～33ページで**上手に使うためのコツ**を説明しています。

タッチメニュー操作のしかた

1 食品を庫内に入れる

- 庫内中央に置きます。
- 7 肉・全解凍(スチーム)のときは給水の準備をします。(給水の準備は15ページ参照)

2   を押す　(※用途に合わせてキーを選んでください。)

3 を押す

表示例：牛乳

食品やメニューによっては、途中から残り時間を表示することがあります。

加熱スタート!

▶ **ブザーが3回鳴って加熱終了**

●食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

容器が熱くなっているので、気をつけて取り出してください。
また、スチーム終了後は吹出口から出る蒸気に気をつけてください。

7 肉・全解凍(スチーム) の使用後は…　(終了後のお手入れについては**55ページ**参照)

■お好みの仕上がりを選ぶには

→ スタート後15秒以内に (メニュー・設定) を回して強め弱めを加減する

- 右へ回すと〔強め〕、左へ回すと〔弱め〕になります。強め弱めとも1、2、3の設定ができます。
- 設定した内容が次回から自動設定されます。

弱め　強め

■終了後さらに加熱したいとき

→「レンジ」で様子を見ながら行う(38～39・50ページ)

■加熱中にとびらを開けたとき

→「とりけし」を押し、「レンジ」で様子を見ながらあたためる(38～39・50ページ)

■肉・全解凍(スチーム)の調理途中で給水カセットの水がなくなると

→ ブザーが鳴り表示部に「水補給」が点滅するので、給水カセットに水を追加する

- 水を追加してしばらくすると「水補給」の表示が消えます。(調理途中でも給水カセットに水を追加することができます)

のみもの

操作方法は30ページ

もう読みましたか？

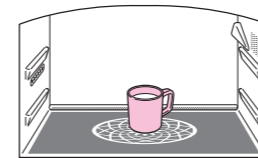
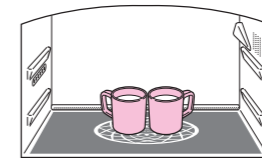
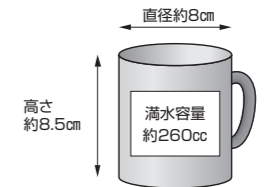
使いかたのポイント　(20～21ページ)
レンジを正しく使うコツ　(22～23ページ)

★ のみもの キーを押すごとに　4 牛乳 ⟷ 5 お酒　と変わります。

4 牛乳

- 一度にあたためられる分量はマグカップ1～4杯です。

上手にあたためるために

●マグカップは庫内中央に置いてください。
庫内中央以外に置くと赤外線センサーが正しく検知できず、沸騰する恐れがあります。

マグカップ1個

マグカップ2個

●容器の種類・大きさ・牛乳の量を守ってください。
容器の種類・大きさ・牛乳の量が違うと、赤外線センサーがうまく働かない場合があります。

- 容器…背が低く広口のマグカップ。
  マグカップは右の大きさのものを目安にお使いください。
- 1杯の分量…容器の8分目(約200cc)。
  (少ししか入れないと沸騰する恐れがあります。)

●取り出すとき、牛乳が突然沸騰し、飛び散ってやけどの原因になることがあります。

- あたためる前に牛乳をスプーンなどでよくかき混ぜてください。
- あたためた後は、少し時間をおいて取り出してください。

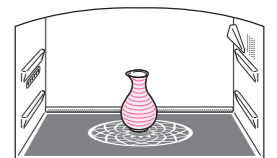
■容器の種類・大きさや牛乳の量が異なる場合には

→「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。(38～39・50ページ)

■コーヒー・水などののみものは

→「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。(38～39・50ページ)

5 お酒

- 一度にあたためられる分量はとっくり1～4本です。

とっくり(お酒)

上手にあたためるために

●容器の大きさ・お酒の量を守ってください。

- 容器…背が低く、ずんぐりとしたとっくり。(容器の大きさ・形状・材質で仕上がりが変わります)
- 1本の分量…とっくりの8分目(約160cc)。
  (少ししか入れないと沸騰する恐れがあります)
- 加熱ムラを少なくするために…とっくりの首の細い部分をアルミホイルで覆う。

●庫内中央以外に置くと赤外線センサーが正しく検知できず、沸騰する恐れがあります。
●コップであたためる場合は「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。

■個数に合わせた置きかた

1個

2個

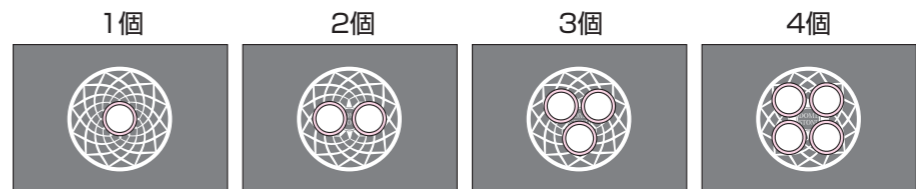
3個

4個

調理のしかた　タッチメニュー操作／のみもの(牛乳・お酒)

生解凍

操作方法は
30ページ

もう読みましたか？

使いかたのポイント　（20～21ページ）
レンジを正しく使うコツ　（22～23ページ）

★生解凍キーを押すごとに 6 肉・半解凍 → 7 肉・全解凍（スチーム） → 8 さしみ と変わります。

• 一度に解凍できる分量は100～1000ｇです。

6 肉・半解凍

• 肉が好みの厚さに切れる、ほどよく凍った状態まで解凍

7 肉・全解凍（スチーム）

：給水の準備（15ページ）

• 自然解凍のようにきちんとはがせたり、ほぐせるまで解凍

8 さしみ

• まぐろなどさしみ用…サクッと包丁が入って、盛り付けたときが食べごろに解凍

上手に解凍するために

●ラップやふたをしないで、発泡トレイのまま解凍する

• ただし深めの発泡トレイは赤外線センサーがうまく働かないことがあるので、浅めのトレイに移すか、平らな皿にペーパータオルを敷き、その上に置いて解凍してください。

●冷凍庫から出してコチコチの状態ですぐに解凍する

●アルミホイルで、変色や煮えを防ぐ

• 分量の多いときや形が均一でないときは、周囲を包むことをおすすめします。
• 魚などの身の細い部分に巻いて、加熱しすぎを防ぎます。

●解凍する食品の大きさをそろえる

• 上手に解凍できる食品の厚さは3cmまで。厚さは均一にして、周囲に薄いところがないように準備します。同時に2つ以上解凍するときは、同じ種類、同じ大きさのものをそろえます。厚みのあるかたまり肉は、「仕上がり調節」〔強め〕に設定します。

●庫内を十分冷ましてから解凍する

• 庫内が熱いと赤外線センサーがうまく働きません。表示部に「C21」「高温注意」が表示されたときは、「とりけし」キーを押し、とびらを開けて庫内温度が下がるまでお待ちください。

■解凍する食品の分量が100g未満の場合や解凍不足のときは

→「レンジ200W」で様子を見ながら解凍してください。（38～39・50ページ）

ゆで野菜

操作方法は
30ページ

もう読みましたか？

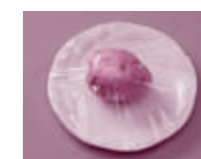
使いかたのポイント　（20～21ページ）
レンジを正しく使うコツ　（22～23ページ）

★ゆで野菜キーを押すごとに　9 葉菜 ⟷ 10 根菜　と変わります。

9 葉菜：ほうれん草/ブロッコリー/キャベツなど

• 分量…100～300g（食品の重さのみ）
• ゆでかた…水洗いしてラップできっちり包み、ラップの重なり合う部分を下にして平皿にのせて加熱します。
• 葉と茎を交互に重ね、太い茎には十文字に包丁を入れて、ラップで包みます。
• できるだけ幅広く包み、平皿からはみ出さないようにします。
• 量が多いときは半分に分けてラップで包みます。

10 根菜：じゃがいも/さといも/かぼちゃなど

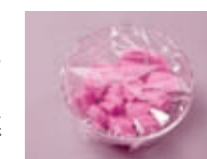
• 分量…100～600g（食品の重さのみ）
• ゆでかた… 水洗いして平皿にのせ、平皿ごときっちりラップをして加熱します。ラップは食品にふれる様にしてください。

丸ごとゆでるとき

平皿ごとラップをして加熱し、加熱後は庫内から取り出し、しばらく置いて**繰り越し加熱**※1（約5分）を利用します。
• 2個以上のときは仕上がりを同じにするため、大きさをそろえます。
• 丸くて高さのある大きなじゃがいもは、仕上がり調節〔強め〕を使います。

切ってゆでるとき

皮をむいて大きさをそろえて切り、水をふって平皿にのせ、平皿ごときっちりラップをして加熱します。

●大きさの違う野菜や、水分を多く加える必要がある野菜をゆでるときは

多めに水をふって耐熱容器に入れ、ラップして「レンジ600W」を選び、時間を設定して加熱します。（38～39・50ページ参照）
• 小さく切ったにんじんやミックスベジタブルを「根菜」で加熱すると、火花がでて焦げたり、乾燥することがあります。

■食品の分量が100g未満の場合は

→「レンジ600W」で様子を見ながら加熱してください。（38～39・50ページ）
自動で調理すると、発煙・発火の原因になります。

お願い
• 葉菜/根菜とも、必ず平皿にのせて加熱してください。
• 葉菜は、食品のみラップをして、平皿ごとラップはしないでください。
• 根菜は、平皿ごとラップをしてください。
• ラップを何重にも重ねたり、巻いたりしないでください。
• ラップ以外のものをかぶせないでください。
※正しい使いかたをしないと、食品の過加熱となり、発煙・発火する原因になります。
また火花がでて、庫内底面が割れたり、故障の原因になります。

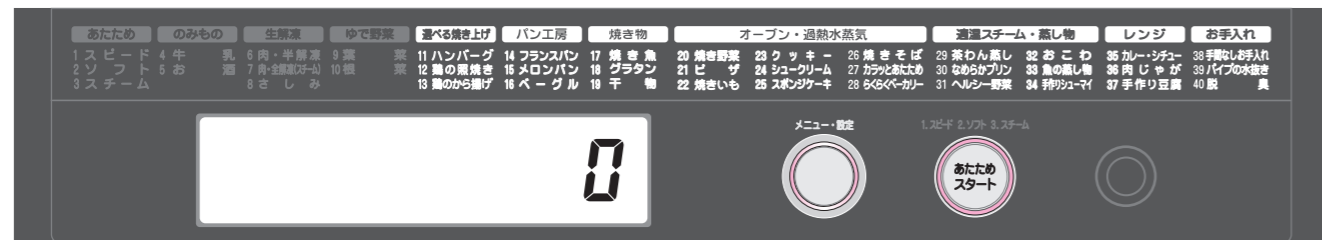
少量の加熱はダメ！

※1：繰り越し加熱とは
食品内にこもった熱でさらに加熱が進むこと
繰り越し加熱の間は食品が乾きやすいのでラップははずしません。

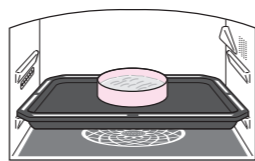
メニューを選んで自動調理

ダイヤルメニュー操作

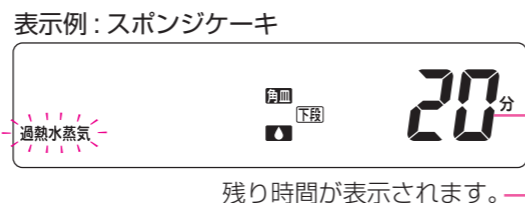
ダイヤルメニューの付属品の使用については自動調理メニュー一覧(28〜29ページ)をご覧ください。

ダイヤルを回し、お好きなメニューを選んで自動調理することができます。
ここで説明しているのはダイヤルメニューの基本的な操作です。
37ページで**上手に使うためのコツ**を説明しています。

基本操作(※メニューによって操作が一部異なります。料理集を参照して操作を進めてください。)

1 食品を入れる

• 指定の位置に置きます。
• 料理集に 💧 マークのあるメニューは、給水の準備をします。
(給水の準備は15ページ参照。)

2 (メニュー・設定) を回してメニューを選ぶ

• 表示部にメニュー番号11〜40が表示されるので、メニュー番号を選んでください。

3 (あたため スタート) を押す

表示例：スポンジケーキ

残り時間が表示されます。

スタート!

▶ **ブザーが3回鳴って加熱終了**

●表示部に「高温注意」が表示されます。

とびらを開け、食品を取り出す

●食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。また、スチーム調理終了後は吹出口から出るスチームに気をつけてください。

スチーム 💧 の使用後は… (終了後のお手入れについては**55ページ**参照)

■お好みの仕上がりを選ぶには

→ スタート後、15秒以内に (メニュー・設定) を回して加減する

• 右へ回すと〔強め〕、左へ回すと〔弱め〕になります。強め、弱めとも1、2、3があります。

■終了後、さらに加熱したいとき

→ 手動で、様子を見ながら行う

■途中で調理時間を増減したいとき(11〜28のみ)

短く 長く

→ 加熱中、残り時間が表示された後、ダイヤルを回して1分ずつ増減する
16、28はオーブン加熱中のみ増減できます

■スチーム調理のとき調理途中で給水カセットの水がなくなると

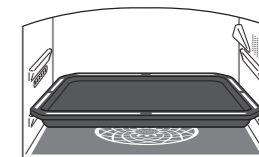
→ ブザーが鳴り表示部に「水補給」が点滅するので、給水カセットに水を追加する

水を追加してしばらくすると「水補給」の表示が消えます。
(調理途中でも給水カセットに水を追加することができます)

予熱が必要な調理の操作(角皿を入れて予熱するメニューがあります。料理集に従ってください)

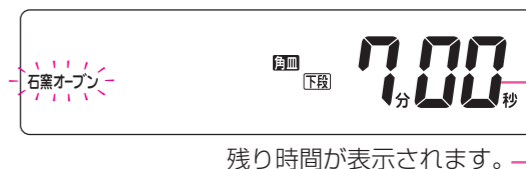
1 (メニュー・設定) を回してメニューを選ぶ

角皿を入れる
※指示のある場合のみ

• 表示部にメニュー番号11〜40が表示されるので、メニュー番号を選んでください
• 料理集に 💧 マークのあるメニューの場合は、給水の準備をします。
(給水の準備は15ページ参照。)

2 (あたため スタート) を押して予熱を開始する

▶予熱終了1分前に残り時間を表示
↓
▶ブザーが5回鳴り、予熱終了

• 予熱中、庫内灯は点灯しません。
• 角皿が熱くなっているので、取り出しや食品をのせる際には気をつけてください。
• 予熱は約20分間保持されます。その間、何もしないと調理が終了になります。

3 食品を入れ (あたため スタート) を押す

表示例：ピザ

残り時間が表示されます。

スタート!

▶ **ブザーが3回鳴って加熱終了**

●表示部に「高温注意」が表示されます。

とびらを開け、食品を取り出す

●食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。また、スチーム調理終了後は吹出口から出るスチームに気をつけてください。

スチーム 💧 の使用後は… (終了後のお手入れについては**55ページ**参照)

お願い

調理終了後、角皿などは熱くなっています。
• 取り出した角皿などは熱に弱い場所には、置かないでください。
• 子供や幼児の手が触れないように気をつけてください。
• 市販の厚手のミトンを両手に使用して、素手で食品や付属品などには触れない様気をつけてください。
• 破れたミトンや、水にぬれたミトンは使わないでください。

スチームを使った調理のとき
• とびらを開けて食品を取り出すときは、庫内から出てくるスチームに気をつけてください。
• 調理中にとびらを開けたときには、しばらくスチームが出ている場合があります。スチーム吹出口に気をつけてください。

お知らせ

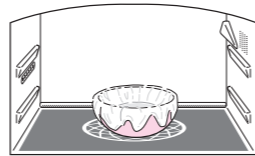
• 料理集に記載してある料理(分量)以外は、ダイヤルメニューで上手に仕上がらないことがあります。手動調理で様子を見ながら加熱をしてください。また、室温・初期温度・電源電圧などによって、仕上がり状態が変わることがあります。

28 らくらくベーカリーの操作

一次発酵（約7分）

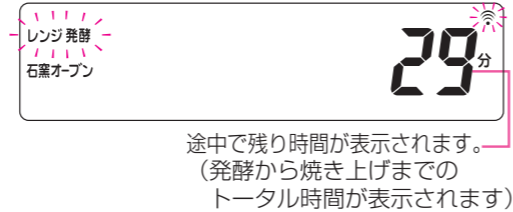
1 パン生地を庫内に入れる

付属品は使えません

• 料理集123ページの手順1〜4で作った生地を耐熱性の容器に入れ、庫内中央に置きます。
※発酵はレンジ加熱なので付属品は使えません。

2 を回して **28 らくらくベーカリー** を選ぶ

• 表示部にメニュー番号11〜40が表示されるので、メニュー番号28を選んでください。

3 を押す

▶ 一次発酵開始

▶ ブザーが5回鳴り、一次発酵終了

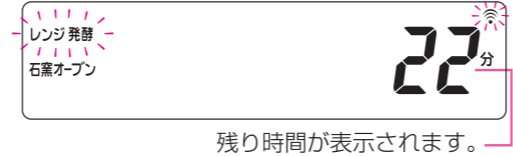
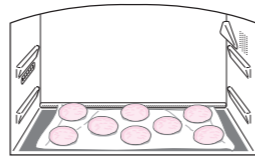
途中で残り時間が表示されます。
（発酵から焼き上げまでの
トータル時間が表示されます）

成形発酵（約6分）

4 庫内にオーブンシートを敷き、丸めた生地を並べて

を押す

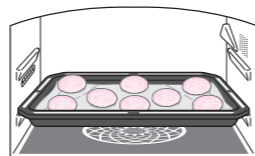
付属品は使えません

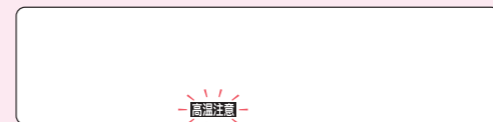
▶ 成形発酵開始

▶ ブザーが5回鳴り、成形発酵終了

残り時間が表示されます。

焼き上げ（約16分）

5 オーブンシートごと生地を角皿にのせて
庫内に入れ、を押す

焼き上げスタート！

▶ ブザーが3回鳴って加熱終了

●表示部に「高温注意」が表示されます。

とびらを開け、角皿を取り出す

●食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

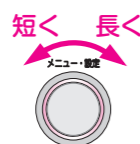
角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

■お好みの焼き上がりにするには

→ スタート後、15秒以内に を回して加減する

• 右へ回すと〔強め〕、左へ回すと〔弱め〕になります。強め、弱めとも1、2、3があります。
• 強め3、弱め3のみ、発酵時間が自動的に調整されます。

■焼き上げ途中で調理時間を増減したいとき（手順5）

→ 加熱中、残り時間が表示された後、ダイヤルを回して1分ずつ増減する

お願い

調理終了後、角皿などは熱くなっています。
• 取り出した角皿などは熱に弱い場所には、置かないでください。
• 子供や幼児の手が触れないように気をつけてください。
• 市販の厚手のミトンを両手に使用して、素手で食品や付属品などには触れない様気をつけてください。
• 破れたミトンや、水にぬれたミトンは使わないでください。

お知らせ

• 取扱説明書・料理集に記載してある材料・分量・料理方法を守ってください。また、室温・初期温度・電源電圧などによって、仕上がり状態が変わることがあります。

選べる焼き上げ

操作方法は34ページ

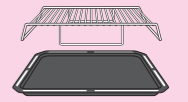
※焼き上げかたで〈石窯オーブン〉を選んだ場合、スチームは使いません。

使用する付属品

11 ハンバーグ ：72ページ参照

12 鶏の照焼き ：74ページ参照

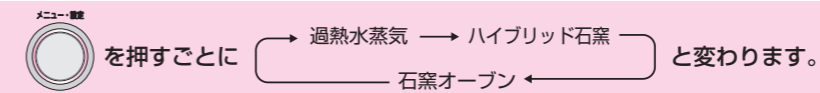
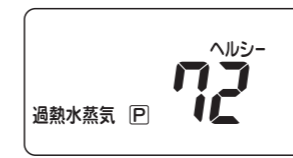
13 鶏のから揚げ ：84ページ参照

使用する付属品

焼き上げかた選択

●焼き上げかたを変更することができます。お好みに応じて変更してください。

変更方法

メニューを選んだ後に を押して、焼き上げかたを選択し を押す。

を押すごとに 過熱水蒸気 → ハイブリッド石窯 → 石窯オーブン → と変わります。

表示例：ハンバーグ

〈過熱水蒸気〉
最後まで過熱水蒸気で調理し、あっさりとした仕上がりに焼き上げます。

〈ハイブリッド石窯〉
過熱水蒸気で調理をしますが、途中から高火力のヒーターでこんがり焼き上げます。

〈石窯オーブン〉
熱風で食品を包み込むように加熱します。

カラッとあたため

操作方法は34ページ

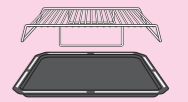
27 カラッとあたため

室温の揚げ物・焼き物、市販の調理済み食品をあたためます。

角皿＋焼網
上段

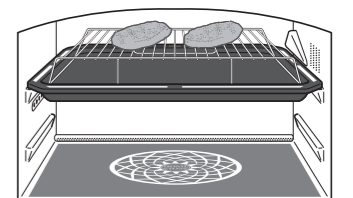
●分量…100〜200ｇ（コロッケ・・・1〜2コ程度、エビの天ぷら・・・1〜4尾程度）

●あたためかた…包装・容器を取りはずし、角皿に焼き網をのせ、その上に食品をのせて上段に入れあたためます。
（加熱時間の目安 約11分）

使用する付属品

• 熱さの好み、種類、個数によって「仕上がり調節」で加減します。
• 冷蔵の調理済み食品は「仕上がり調節」〔強め〕であたためてください。
• 市販の調理済み冷凍食品には使えません。

上手にあたためるために

●包装・容器は取りはずしてあたためる。

• ラップやビニールなどの熱に弱い包装は取りはずしてください。食品は容器などに移さず、必ず焼網に直接置きます。

お知らせ

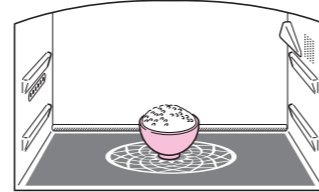
• 料理集に記載してある料理（分量）以外は、自動調理で上手に仕上がらないことがあります。手動調理で様子を見ながら加熱をしてください。また、室温・初期温度・電源電圧などによって、仕上がり状態が変わることがあります。

時間・出力を合わせて

レンジで調理する

付属品は使えません

1 食品を入れる

• 食品の量に合った耐熱性の容器に入れ、庫内中央に置きます。

2 レンジ を押す

• 押すごとに 600W → 500W → 200W → 1000W → お好み温度 → 煮込み → と変わります。

煮込みを選ぶと初めに設定する600Wと強弱が表示されます。

3 を回して時間を合わせる

• 最大設定時間
レンジ1000W：15分
レンジ600W、500W：30分
レンジ200W：90分

4 を押す

▶ 加熱開始

残り時間が表示されます。

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
• 食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 容器が熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

手動加熱の設定は50ページを参照してください。

煮込み

• 初めに600W(強)、次に200W(弱)で加熱します。
• 操作3でまず600Wの時間を合わせダイヤルを押して決定後、200Wの時間を合わせてスタートを押します。
• レンジ600Wの加熱が終わると続けてレンジ200Wの調理残り時間が表示されます。

■途中で調理時間を増減したいとき

→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する
• 1000W、600W、500Wの残時間表示が5分以下のときは、10秒単位の増減になります。
• 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、1000Wで15分、600W･500Wで30分、200Wで90分までです。

■調理時間・出力の合わせかた

調理時間はレンジの出力によって合わせかたが違います。

●調理内容に合わせてラップを使う

• あたためはラップ不要ですが、メニューによってはラップをかけてあたためます。
詳しくは手動加熱の設定時間の目安(50ページ)や料理集で確認してください。

●冷凍食品について

市販の冷凍食品をあたためるときは、パッケージ記載の出力と、加熱時間を参考にしてください。
加熱時間は目安ですので、加熱の不足があるときは様子を見ながら時間を調節してください。

少量の加熱は ダメ！

お願い
ミックスベジタブルの少量でのあたためはしないでください。火花が出て焦げたり、乾燥することがあります。

食品を

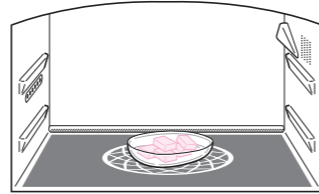
お好みの温度にあたためる

付属品は使えません

◆分量は一人分を基準としています。（分量の目安は右の表を参照してください）

例：バターをやわらかくする

1 食品を入れる

• 食品の量に合った耐熱性の容器に入れ、庫内中央に置きます。

2 レンジ を5回押し［お好み温度］を選ぶ

• 押すごとに → 600W → 500W → 200W → 1000W → お好み温度 → 煮込み → と変わります。

3 メニュー・設定 を回して－10～90℃の温度を選ぶ

• あたため温度の目安は右の表を参照してください。

4 あたため スタート を押す

レンジ 設定
お好み温度 15℃ 10秒

残り時間が表示されます。

▶ 加熱開始

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了

• 食品を取り忘れるとブザーが1分おき5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

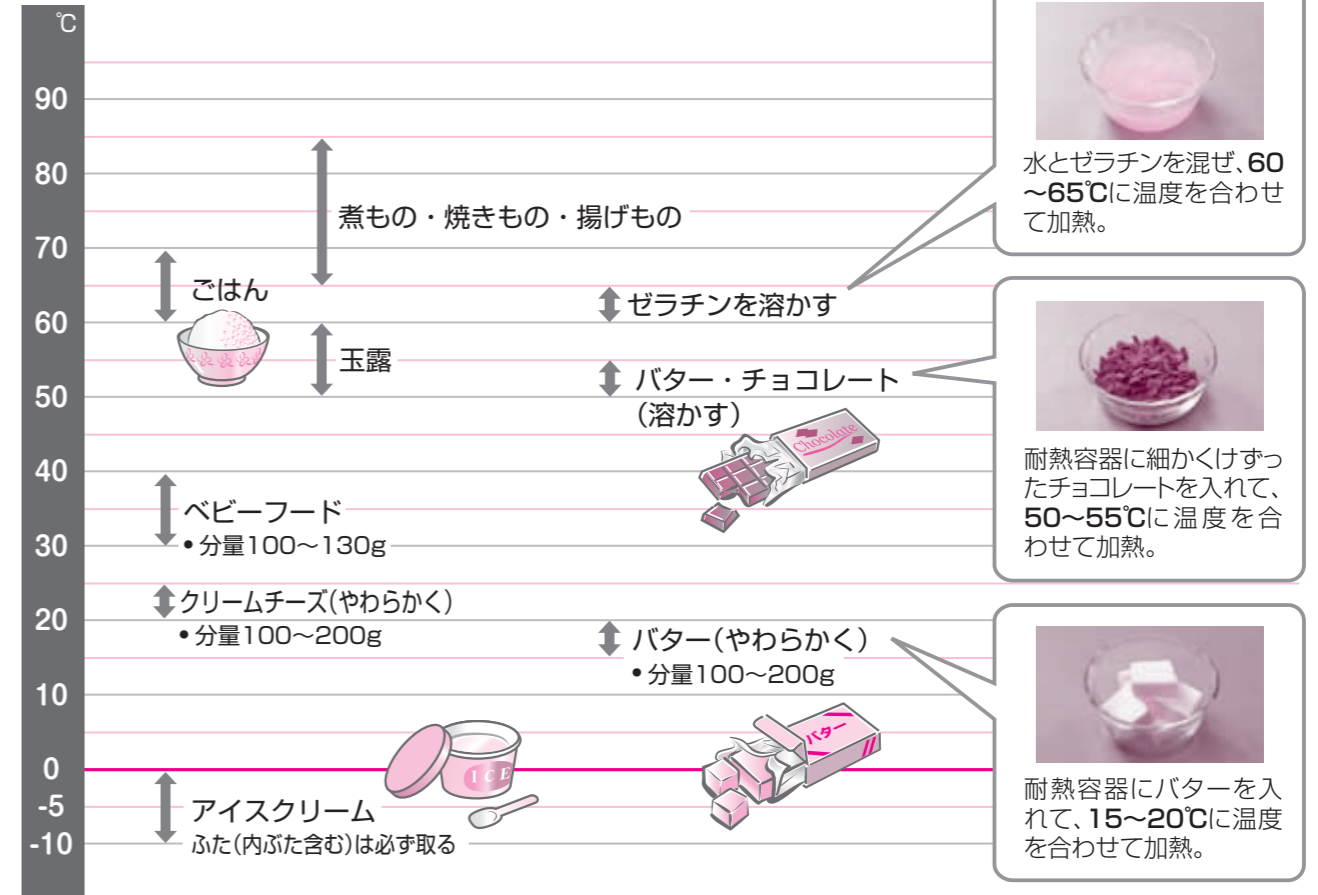
■終了後さらにあたためたいとき

→「レンジ」で様子を見ながら行う（38～39・50ページ）

■庫内を十分冷ましてからあたためる

• 庫内が熱いと赤外線センサーがうまく働きません。

使いかたのポイント （20～21ページ）
レンジを正しく使うコツ （22～23ページ）

おすすめ温度の目安

上手にあたためるために

●ラップやふたをしないであたためる

●ベビーフードをあたためるとき

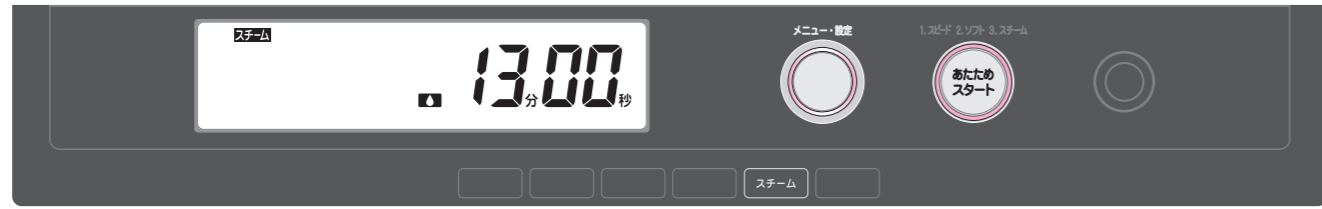
• 浅めの容器に移し替えてあたためます。
• 冷凍したものはあたためられません。「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。
• 赤ちゃんに食べさせる前に必ずかき混ぜて食品の温度を確かめてください。

●分量・容器について

• 分量は一人分を基準としています。
• 分量が多いときは温度をやや高めに設定し、分量が少ないときはやや低めに設定してください。
• 容器の大きさ・形状・材質により仕上がり温度が変わることがあります。

※正しい使いかたをしないと、仕上がりが悪くなることがあります。
　また、食品の焦げ・発煙・発火の原因になります。

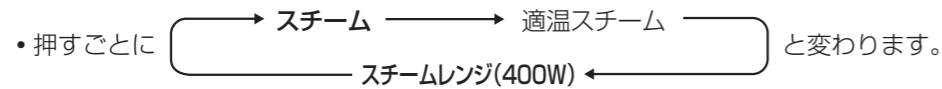
時間・温度を合わせて

スチームで調理する

スチーム/スチームレンジ

1 給水の準備をし、食品を入れる

- 食品の量に合った耐熱性の容器に入れ、庫内中央に置きます。
- 給水の準備は15ページ参照。

2 スチーム を押す

- 押すごとに スチーム → 適温スチーム → スチームレンジ(400W) → と変わります。

- スチーム：スチームのみで加熱されます。
- スチームレンジ(400W) レンジとスチームで加熱されます。使用する容器に気をつけてください。※角皿やアルミホイルは火花が出るので使用しないでください。

3 メニュー・設定 を回して時間を合わせる

- 最大設定時間：25分

4 あたため スタート を押す

▶ 加熱開始

残り時間が表示されます。

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
- とびらを開けるときはスチームに十分気をつけてください。
- 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
- 容器が熱くなっているので、気をつけて取り出してください。またスチーム吹出口に気をつけてください。

スチーム の使用後は… （終了後のお手入れについては55ページ参照）

〈スチーム・適温スチーム〉

使用する付属品
組み合わせは料理集参照

〈スチームレンジ(400W)〉

付属品は使えません

適温スチーム

1 給水の準備をし、食品を入れる

- 給水の準備は15ページ参照。

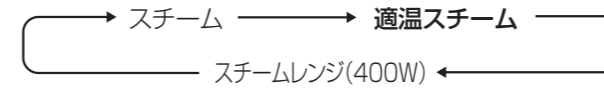
2 スチーム を2回押し［適温スチーム］を選ぶ

- 押すごとに

と変わります。

3 メニュー・設定 を回して温度を合わせ、メニュー・設定 を押す

- 設定温度：35～95℃

4 メニュー・設定 を回して時間を合わせる

- 最大設定時間：25分

5 あたため スタート を押す

▶ 加熱開始

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
- とびらを開けるときはスチームに十分気をつけてください。
- 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
- 庫内や角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。またスチーム吹出口に気をつけてください。

スチーム の使用後は… （終了後のお手入れについては55ページ参照）

■途中で調理時間を変更したいとき

→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する
- 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、25分までです。

■途中で調理温度を変更したいとき（適温スチームのみ）

→ 加熱中にダイヤルを押し、設定温度が点滅している間にダイヤルを回して5℃ずつ増減する

■調理途中で給水カセットの水がなくなると

→ ブザーが鳴り表示部に「水補給」が点滅するので、給水カセットに水を追加する
水を追加してしばらくすると「水補給」の表示が消えます。（調理途中でも給水カセットに水を追加することができます）

■調理時間の合わせかた

0 〜 5分	5分 〜 10分	10分 〜 25分
10秒間隔	30秒間隔	1分間隔

お願い
- とびらを開けて食品を取り出すときは、庫内から出てくるスチームに気をつけてください。
- 調理中にとびらを開けたときには、しばらくスチームが出ている場合があります。スチーム吹出口に気をつけてください。
- 適温スチームを使うときは庫内が冷めてから調理を始めてください。庫内温度が高いと調理がうまくできません。表示部に「C21」「高温注意」が表示されたときは「とりけし」キーを押し、とびらを開けて庫内温度が下がるまでお待ちください。

時間・温度を合わせて
石窯オーブン 予熱あり 予熱なし で調理する

予熱あり

1 庫内に何も入れないで オーブン を1回押す※
▶「予熱」を表示

2 メニュー・設定 を回して温度を合わせ、メニュー・設定 を押す
• 設定温度：100〜300℃、350℃
• 100℃から、さらにダイヤルを左に回すと発酵(48ページ)が表示されます。

3 メニュー・設定 を回して時間を合わせる
• 最大設定時間：90分

4 あたため スタート を押して予熱開始
▶ 予熱終了1分前に残り時間を表示
▶ ブザーが5回鳴り、「予熱終」が点灯

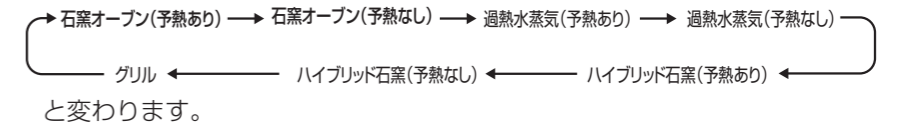
• 予熱中、庫内灯は点灯しません。
• 角皿が熱くなっているので、取り出しや食品をのせる際には気をつけてください。
• 予熱は約20分間保持されます。その間、何もしないと調理が終了になります。

5 食品を入れ、あたため スタート を押す
▶ 加熱開始

残り時間が表示されます。

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 表示部に「高温注意」が表示されます。
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

使用する付属品
組み合わせは料理集参照

※キーを押すごとに
石窯オーブン(予熱あり) → 石窯オーブン(予熱なし) → 過熱水蒸気(予熱あり) → 過熱水蒸気(予熱なし) → ハイブリッド石窯(予熱あり) → ハイブリッド石窯(予熱なし) → グリル
と変わります。

石窯オーブンとは…
強力な熱風で食品を包み込むように効率的に焼き上げます。

予熱なし

1 食品を入れて オーブン を2回押す※

2 メニュー・設定 を回して温度を合わせ、
メニュー・設定 を押す
• 設定温度：100〜300℃、350℃
• 100℃から、さらにダイヤルを左に回すと発酵(48ページ)が表示されます。

3 メニュー・設定 を回して時間を合わせる
• 最大設定時間：90分

4 あたため スタート を押す
▶ 加熱開始

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 表示部に「高温注意」が表示されます。
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

お知らせ
• 室温・形・量・大きさ・初期温度・電源電圧などにより、焼き上がりの状態が変わります。
• 加熱途中で食品の上下前後を入れ替えたり、部分的にアルミホイルをかけると上手に仕上がります。

■途中で調理時間を変更したいとき
→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する
• 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、90分までです。

■途中で調理温度を変更したいとき
→ 加熱中にダイヤルを押し、設定温度が点滅している間にダイヤルを回して10℃ずつ増減する

予熱とは
作る料理に適した温度にあらかじめ庫内をあたためておくことです。
予熱中、庫内灯は点灯しません。

■予熱中の調理時間・温度の変更
→ できません。

■予熱時間の目安
→ 300℃設定のとき、約12分
250℃設定のとき、約9分
200℃設定のとき、約5分　です。

■調理時間の合わせかた

0〜15分	15分〜40分	40分〜90分
30秒間隔	1分間隔	5分間隔

時間・温度を合わせて

過熱水蒸気／ハイブリッド石窯 予熱あり 予熱なし で調理する

予熱あり

1 給水の準備をし、庫内に何も入れないで オーブン を押す※

3回押すと 過熱水蒸気（予熱あり）
5回押すと ハイブリッド石窯（予熱あり）

▶「予熱」を表示
• 給水の準備は15ページ参照。

2 メニュー・設定 を回して温度を合わせ、メニュー・設定 を押す

• 設定温度：100～250℃、300℃

3 メニュー・設定 を回して時間を合わせる

• 最大設定時間：60分

4 あたためスタート を押して予熱開始

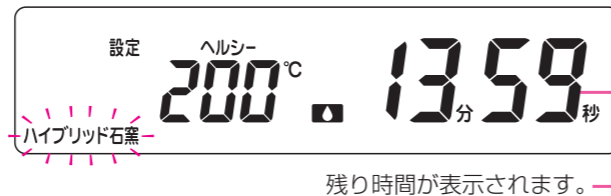
▶ 予熱終了1分前に残り時間を表示

▶ ブザーが5回鳴り、「予熱終」が点灯
• 予熱は約20分間保持されます。その間、何もしないと調理を終了します。

5 食品を入れ、あたためスタート を押す

▶ 加熱開始

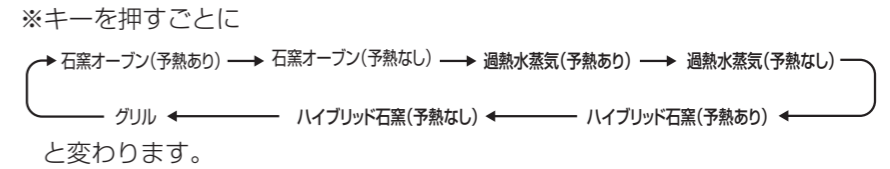
残り時間が表示されます。

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 表示部に「高温注意」が表示されます。
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。
またスチーム吹出口に気をつけてください。

スチーム の使用後は… （終了後のお手入れについては**55ページ**参照）

お願い
• とびらを開けて食品を取り出すときは、庫内から出てくるスチームに気をつけてください。
• 調理中にとびらを開けたときには、しばらくスチームが出ている場合があります。
スチーム吹出口に気をつけてください。
• 調理後は水受けも熱くなっています。水受けは本体が冷めてから取り外してください。

取り出すときは
スチームに
注意！

使用する付属品
組み合わせは料理集参照

※キーを押すごとに
石窯オーブン(予熱あり) → 石窯オーブン(予熱なし) → 過熱水蒸気(予熱あり) → 過熱水蒸気(予熱なし) → ハイブリッド石窯(予熱あり) → ハイブリッド石窯(予熱なし) → グリル
と変わります。

過熱水蒸気とは…
水蒸気をさらに加熱し、100℃以上の高温状態になった無色透明の気体で、熱効率が非常に高く、食品をすばやく加熱する力があります。
※ 過熱水蒸気には、加熱の他にも脱油効果があるので、食品に含まれる余分な油脂を落としてヘルシーに仕上げたいときに使用します。

ハイブリッド石窯とは…
過熱水蒸気と高火力のヒーターで焼き上げるので、余分な油脂を落としつつ、おいしさを残す調理方法です。

予熱なし

1 給水の準備をし、食品を入れて オーブン を押す※

4回押すと 過熱水蒸気（予熱なし）
6回押すと ハイブリッド石窯（予熱なし）

• 給水の準備は15ページ参照。

2 メニュー・設定 を回して温度を合わせ、メニュー・設定 を押す

• 設定温度：100～250℃、300℃

3 メニュー・設定 を回して時間を合わせる

• 最大設定時間：60分

4 あたためスタート を押す

▶ 加熱開始

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 表示部に「高温注意」が表示されます。
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。またスチーム吹出口に気をつけてください。

スチーム の使用後は…
（終了後のお手入れについては**55ページ**参照）

お知らせ
• 室温・形・量・大きさ・初期温度・電源電圧などにより、焼き上がりの状態が変わります。
• 加熱途中で食品の上下前後を入れ替えたり、部分的にアルミホイルをかけると上手に仕上がります。
• ハイブリッド石窯は調理時間が残った状態で調理を終了すると、仕上がりが変わることがあります。

■途中で調理時間を変更したいとき
→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する
• 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、60分までです。

■途中で調理温度を変更したいとき
→ 加熱中にダイヤルを押し、設定温度が点滅している間にダイヤルを回して10℃ずつ増減する
• ハイブリッド石窯で残り時間が2分以下になると、温度の増減はできません。

■調理途中で給水カセットの水がなくなると
→ ブザーが鳴り表示部に「水補給」が点滅するので、給水カセットに水を追加する
水を追加してしばらくすると「水補給」の表示が消えます。（調理途中でも給水カセットに水を追加することができます）

予熱とは
作る料理に適した温度にあらかじめ庫内をあたためておくことです。
予熱中、庫内灯は点灯しません。

■予熱中の調理時間・温度の変更
→ できません。

■予熱時間の目安
→ 250℃設定のとき、約9分
200℃設定のとき、約5分 です。

■調理時間のあわせかた

0～15分	15分～40分	40分～60分
30秒間隔	1分間隔	5分間隔

過熱水蒸気は目には見えませんので気をつけてください

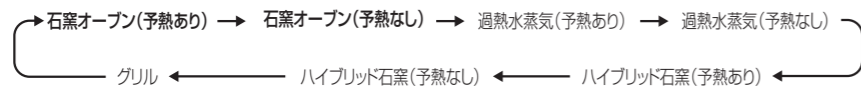
時間・温度を合わせて
発酵

使用する付属品

発酵

1 食品を入れて オーブン を押す

キーを押すごとに

石窯オーブン(予熱あり) → 石窯オーブン(予熱なし) → 過熱水蒸気(予熱あり) → 過熱水蒸気(予熱なし) → ハイブリッド石窯(予熱あり) → ハイブリッド石窯(予熱なし) → グリル

と変わります。

• 石窯オーブン(予熱あり)または石窯オーブン(予熱なし)で発酵の設定ができます。

2 **を回して発酵の種類を選び、** **を押す**

• 設定温度100℃からさらにダイヤルを左に回して発酵(45℃→40℃→35℃→30℃)→スチーム発酵(40℃)に合わせます。
• スチーム発酵を使用するときは給水の準備(15ページ参照)をしてください。

3 メニュー・設定 を回して時間を合わせる

• 最大設定時間：90分

4 あたため スタート を押す

▶ 加熱開始

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

発酵設定 40℃ 30分

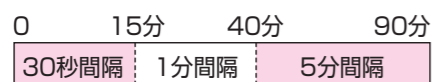
残り時間が表示されます。

■途中で調理時間を変更したいとき

→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する

• 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、90分までです。

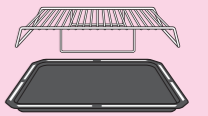
■調理時間の合わせかた

0〜15分	15分〜40分	40分〜90分
30秒間隔	1分間隔	5分間隔

発酵

●庫内や付属品を十分冷ましてから発酵を行う

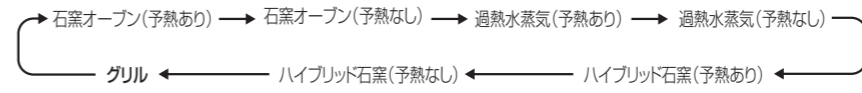
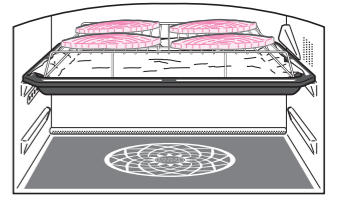
• 表示部に「C21」「高温注意」が表示されたときは、「とりけし」キーを押しとびらを開けて庫内温度が下がるまでお待ちください。庫内温度が高いと発酵がうまくできません。

時間を合わせて
グリルで調理する

使用する付属品

例：魚をグリルで焼く

1 食品を入れて オーブン を7回押し[グリル]を選ぶ

キーを押すごとに

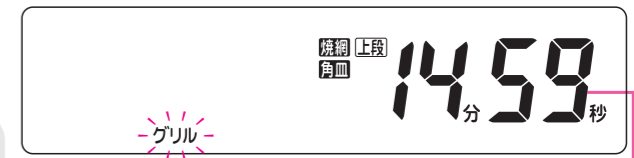
石窯オーブン(予熱あり) → 石窯オーブン(予熱なし) → 過熱水蒸気(予熱あり) → 過熱水蒸気(予熱なし) → ハイブリッド石窯(予熱あり) → ハイブリッド石窯(予熱なし) → グリル

と変わります。

2 メニュー・設定 を回して時間を合わせる

• 最大設定時間30分

3 あたため スタート を押す

▶ 加熱開始

残り時間が表示されます。

お知らせ
• 両面にしっかり焼き色をつけたいときは途中で食品を裏返し、再びスタートキーを押します
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 表示部に「高温注意」が表示されます。

■途中で調理時間を変更したいとき

→ 加熱中に時間ダイヤルを回して1分ずつ増減する

• 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、30分までです。

■調理時間の合わせかた

0〜5分	5分〜10分	10分〜30分
10秒間隔	30秒間隔	1分間隔

手動加熱の設定時間の目安

◆ 出力と時間をセットする調理の目安です。

お願い
食品は加熱しすぎると、発煙・発火することがあります。調理中、様子を見ながらあたためてください。

ラップあり…○／ラップなし…×

あたため(レンジ600W)

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
ごはん	1杯(150g)	約1分	×
どんぶりもの	1杯(340g)	約3分	×
スープ・みそ汁	1杯(150cc)	約1分40秒	×
野菜の煮物	150g	約1分20秒	×
カレー・シチュー	200g	約2分10秒	○
シューマイ	6コ(100g)	約50秒	×
中華・肉・あんまん	1コ(100g)	約1分	○
バターロール	2コ(70g)	約20秒	×
調理パン	1コ(110g)	約30秒	×

冷凍した食品のあたため(レンジ600W)

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
冷凍ごはん	1杯(150g)	約2分30秒	○
冷凍カレー・シチュー	300g	約8分	○
冷凍シューマイ	5コ(100g)	約2分20秒	○
冷凍中華・肉・あんまん	1コ(100g)	約1分50秒	○

冷凍の肉・魚の解凍(レンジ200W)

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
肉	100g	約1分50秒	×
	200g	約4分	×
	400g	約7分	×
	600g	約10分	×
さしみ	100g	約2分	×
	200g	約3分	×
	400g	約7分	×
	600g	約9分	×

蒸し物(スチーム) ※角皿+焼網〈下段〉で加熱します。

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
中華·肉·あんまん	1コ(100g)	約15分	×
中華·肉·あんまん(冷凍)	1コ(100g)	約25分	×
シューマイ(冷蔵)	10コ(150g)	約15分	×
シューマイ(冷凍)	10コ(150g)	約20分	×

のみもの(レンジ600W)

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
牛乳	1杯(200cc)	約1分40秒	×
お酒	1杯(160cc)	約1分	×
水(常温)	1杯(200cc)	約1分10秒	×
コーヒー(常温)	1杯(200cc)	約1分10秒	×

野菜のゆでもの(レンジ600W)

	メニュー名	分量	目安時間	ラップ
葉菜	ほうれん草	100g	約1分50秒	○
	キャベツ	100g	約2分10秒	○
	ブロッコリー	100g	約1分40秒	○
根菜	じゃがいも	1コ(150g)	約3分50秒	○
	さといも	100g	約2分40秒	○
	かぼちゃ	150g	約4分10秒	○
	にんじん	100g	約1分40秒	○

冷凍ゆで野菜の解凍(レンジ600W)

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
枝豆	100g	約2分10秒	○
さといも	100g	約2分20秒	○
かぼちゃ	150g	約3分	○
ミックスベジタブル	100g	約1分40秒	○

スチームを使ったあたため(スチームレンジ400W)

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
ごはん(冷蔵)	1杯(150g)	約1分50秒	×
肉まん(冷蔵)	1コ(100g)	約1分20秒	×
シューマイ(冷蔵)	10コ(150g)	約1分50秒	×
ごはん(冷凍)	1杯(150g)	約4分10秒	×
肉まん(冷凍)	1コ(100g)	約2分20秒	×
シューマイ(冷凍)	10コ(150g)	約4分30秒	×

お知らせの音について

次の操作・状態のとき、ブザー音でお知らせします。

■キーを押したときは→ピッ
■調理終了のときは→ピーッピーッピーッ
■予熱終了、途中操作のある場合は→ピーッピーッピーッピーッピーッ
■加熱終了後、食品を取り出し忘れると→1分おきにピーッピーッピーッ
■異常表示のときは→ピピピピピピピ
■水補給表示のときは　・調理が一時停止した場合→ピピピピピピピ
　・調理が一時停止しない場合→1分おきにピピピ

ブザー音を消す

■全てのブザー音を消すとき

1 「0」表示中に（とりけし）を
ピッピッとブザー音がするまで(約3秒)押す

2 続いて（のみもの）を押す
表示部に（表示）が表示されます。

■取り出し忘れお知らせのブザー音だけを消すとき

1 「0」表示中に（とりけし）を
ピッピッとブザー音がするまで(約3秒)押す

2 続いて（生解凍）を押す

ブザー音を鳴るように元にもどす

■ブザーの音を、消した操作と同じ操作を行う。

イルミネーションガイドについて

イルミネーションガイドを消す

(ナビダイヤル、とびらメニューも光らなくなります。)

1 「0」表示中に（とりけし）を
ピッピッとブザー音がするまで(約3秒)押す

2 続いて（レンジ）を押す
表示部に（表示）が表示されます。

イルミネーションガイドが光るように元にもどす

■イルミネーションガイドを消した操作と同じ操作を行う。

お手入れのしかた お手入れはすぐにこまめにがポイントです

⚠警告

プラグを抜く

お手入れのときは、電源プラグをコンセントから抜く

感電・けが・やけどの原因になります。

ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない

感電の原因になります。

⚠注意

プラグを抜き冷めてから

本体の掃除は、電源プラグを抜き本体がさめてから行う

感電や、やけどをする恐れがあります。

水抜き中、とびらは閉めておく

水抜き中も、スチーム調理と同様に、スチームが発生します。
やけどの原因になりますのでとびらは閉めておきます。

禁 止

食品や肉汁などで、汚れたままにしない
結露した水分もふき取ってください

電波が汚れた部分に集中して、火花の発生・発煙・発火などの恐れがあります。また、さびの原因になります。
• 付着した場合は、本体が冷めてから必ずふき取ってください。

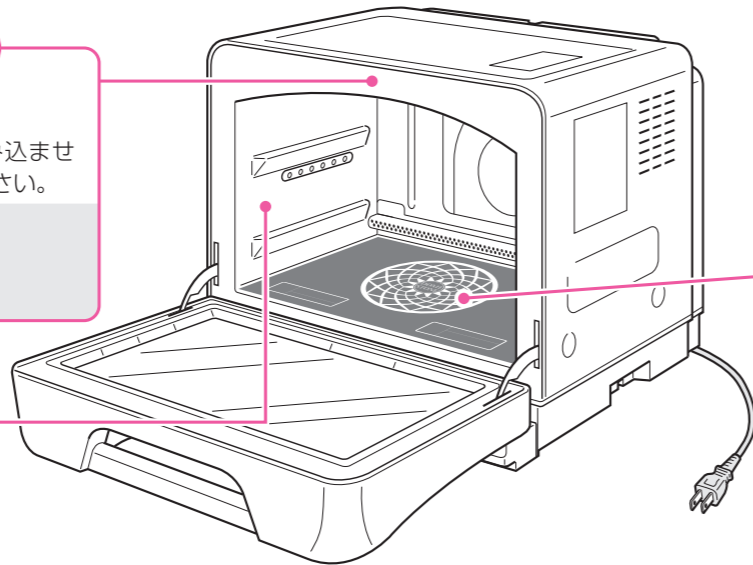
■長期間ご使用にならないとき

パイプの水抜きを行った後、電源プラグをコンセントから抜き、各部をお手入れしてから、湿気や、ほこりがかからないようにして、保管してください。

日常のお手入れ

キャビネット・とびら

かたくしぼった、ぬれ布巾でふく。
• ひどい汚れは薄めた台所用洗剤(中性)をしみ込ませた布でふき取り、必ず洗剤分をふき取ってください。

お願い
• 水をかけないでください。
さびたり故障したりすることがあります。

庫内・とびらの内側

かたくしぼった、ぬれ布巾でふく。
• 落ちにくい汚れは、ぬれた布巾を汚れの上に置いて30分ぐらいふやかしてからふきます。
• スチーム調理をくりかえし行った後、庫内(特にスチーム吹出口近く)に白い粉(水の中の溶解物)が付着することがあります。こまめにぬれた布巾でふき取ってください。

スチーム調理後に結露した水分は、冷めてから乾いた布でふき取る。

お願い
• たわしやフォークなど先のとがった物でこすらないでください。傷になったり、割れる原因になります。

給水カセット・水受け

やわらかいスポンジで水洗いをして汚れを落とし、水気は十分にふき取る。
汚れが気になる方は、中性洗剤を水で薄めて洗い流してください。

お願い
• 乾燥させる場合は、食器洗い乾燥機、食器乾燥器に入れたり、直射日光に当てたりしないでください。変形、破損の原因になります。

■お手入れしても庫内の臭いが取れないとき

庫内のカラ焼き・脱臭(24ページ参照)をしてください。臭いがやわらぎます。

お願い

住宅家具用洗剤(弱アルカリ、アルカリ、弱酸性、酸性など)、オーブンクリーナー、クレンザー、ベンジン、シンナー、漂白剤、熱湯、可燃性ガス(LPGなど)入りスプレー洗剤やたわし、スポンジたわしの硬い部分、研磨剤入りナイロンたわし、金属たわしなどは使わないでください。
損傷、変色、変形、発煙、発火、さびなどの原因になります。

スポンジたわし

研磨剤入りナイロンたわし

庫内底面

庫内底面の汚れはぬれ布巾ですぐふき取る。
レンジ使用時の汚れが、オーブン使用時に焦げて黒くなることがあります。
汚れが落ちにくいときは、スチームを使ったお手入れ(54ページ)を実施し、ぬれ布巾や丸めたラップでこすって汚れを落としてください。
庫内底面のフラットプレートには、お手入れ動作で発生したスチームが汚れの下に入り込み、汚れを落としやすくするイージークリーンコートがほどこされています。

お願い
• 周囲のシリコンパッキンや庫内塗装面は傷がつくのでこすらないでください。
• 金属たわしや先のとがったものでこすったり、衝撃を与えたりしないでください。傷ついたり、割れることがあります。

角皿

やわらかいスポンジで汚れを落とし、十分に水気をふき取る。
汚れは洗い桶などの中で落とす。
• 汚れが落ちないときは、スチームを使ったお手入れ(54ページ)を行ってください。
• 角皿に水気が残っているとサビが付くことがあるので水分は十分にふきとってください。

お願い
• 使用後、急冷しないでください。破損・変形することがあります。
また加熱直後に水をかけると蒸気が発生したり、熱いしぶきが飛びます。
• 金属たわしや先のとがったものでこすったり、落としたりしないでください。傷ついたり、割れたり、変形することがあります。

お手入れのしかた（つづき）

汚れが気になるとき

スチームを使ったお手入れのしかた

スチームで、庫内・焼網・角皿の汚れを浮かせて、ふき取りやすくします。

1 給水カセットを本体にセットし、汚れを落としたい焼網・角皿を庫内に入れる

• 給水の準備（15ページ）

2 メニュー・設定 を回して お手入れ 38 手間なしお手入れ を選ぶ

3 あたため スタート を押す

▶ お手入れ開始

▶ ブザーが3回鳴り、終了

• 電源プラグをコンセントから抜き、庫内・焼網・角皿の温度が十分に下がってから、汚れをふき取ってください。
• 終了後、給水カセット・水受けの水はすべて捨て、給水カセットを水洗いしてください。
• 庫内に残った水分は、冷めてから乾いた布巾でふき取ってください。

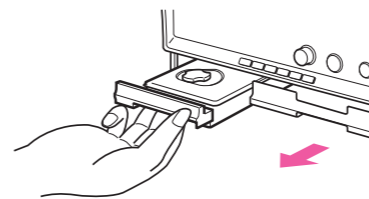
お知らせ

• 終了直後は、庫内・焼網・角皿・スチーム吹出口が熱くなっていますので、気をつけてください。

スチームを使うたびに

パイプの水抜きのしかた

調理終了後には、必ずパイプの水抜きを行ってください。

1 給水カセットを本体から引き抜く

2 メニュー・設定 を回して お手入れ 39 パイプの水抜きを選ぶ

3 あたため スタート を押す

▶ 水抜き開始

▶ 約2分後にブザーが3回鳴り、水抜き終了

• 終了後はとびらを開けて、庫内を乾燥させてください。

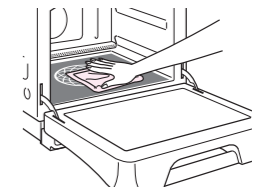
お知らせ

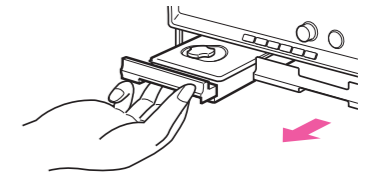
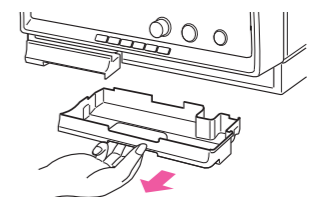
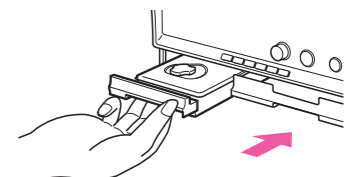
• パイプの水抜き中（約2分間）はキー操作など他の操作をしないでください。
• 水抜き中は、とびらを閉めておいてください。水抜きの水がスチームになり、スチーム吹出口が熱くなっていますので気をつけてください。

お手入れについて

調理終了後は本体が冷めてから、必ず庫内に残った水滴を、乾いた布巾などでふき取ってください。
庫内に水滴が残ったままスチーム調理を繰り返すと、水受けから水があふれることがあります。

1 庫内が十分に冷めてから庫内やとびらの水滴を、乾いた布巾などでふき取る

• 角皿にたまった水滴もふき取ってください。

2 給水カセットを本体から取りはずす

• 残った水を捨て、水洗いしてください。
• 日常のお手入れ参照（52ページ）

3 水受けをはずし、たまった水を捨てる

4 給水カセットおよび水受けを本体にセットする

よくあるお問い合わせ

Q. しつもん	A. こたえ	参照ページ
設置のとき、壁や家具との間をあけて置く必要はありますか？	必要です。 壁や家具などが、過熱し火災や損傷の原因になります。 • 上方20cm以上、左右4.5cm以上あけてください。 • 後方、下方はあける必要はありません。 • 前方は扉が完全に開いて、食品を出し入れできるスペースが必要です。	8ページ
アースは必要ですか？	アースは確実に取り付けてください。	8ページ
初めて使用するときにカラ焼き・脱臭は必要ですか？	必要です。 初めてお使いのときは、「庫内のカラ焼き・脱臭」を行って、庫内の防錆の油を焼き切ってください。 煙が出たり、臭いがすることがありますが、故障ではありません。	24ページ
汚れはどうしたら落ちますか？	「お手入れのしかた」を参照して、こまめにお手入れしてください。	52ページ〜55ページ
どんな容器が使えるのですか？	「使える容器・使えない容器」を参照してください。	18ページ〜19ページ
製品の中に残った水を抜くにはどうしたらいいですか？	「パイプの水抜きのしかた」を参照してください。	55ページ
製品を移動させるときはどうするのですか？	製品左右側面の下部にある「手かけ」を確実に持って移動してください。	14ページ

お料理が上手にできないとき（レンジ加熱、スチーム加熱）

項目	こんなときは	対処方法
ごはん・おかず のあたため	調理がすぐに終了する あたためキーであたためても熱くならない	● 庫内（とくに底面）の温度が高いとセンサーが正しく働かないことがあります。とびらを開けて、庫内を冷ましてからあたためてください。
	食品があたたまらない	● 食品が金属容器・アルミホイルなどで、おおわれていませんか？ ● 付属の角皿を使用していませんか？角皿は使用しないでください。
	あたためキーであたためると熱くなりすぎる	● 陶器やガラス製のふたを使っていませんか？ふたは使用しないでください。 →赤外線センサーがうまく働かないことがあります。 ● 食品を置く位置は正しいですか？庫内中央に置いてください。 ● 分量が少なくありませんか？100g以上にしてください。 ● 赤外線センサーでの検知を正しく行うために、容器はできるだけ背が低くて口の広いものをお使いください。
	ごはんがぱさつく	● あたためる前に水を少しかけると、しっとり仕上がります。 ● 「スチームレンジ」であたためると、しっとり仕上がります。
	煮もの・煮魚などの煮汁が飛び散る	● 汁気を切って深めの容器に入れてあたためます。 ● ソフトあたためで様子を見ながらあたためてください。
	カレーやシチューがあたたまらない	● とろみのある食品はソフトあたためで様子を見ながらあたためてください。
	冷凍ごはんがあたたまらない	● 表面がとけかかっていたり、新しいラップをかぶせるとセンサーが正しく働かないことがあります。冷凍庫から出してすぐのものをお使いください。
	冷凍食品があたたまらない	● 表面がとけかかっていたり、新しいラップをかぶせるとセンサーが正しく働かないことがあります。冷凍庫から出してすぐのものをお使いください。また、必ず食品にラップがふれるようにかぶせてください。
	食品がぱさつく	● 「スチームレンジ」であたためると、しっとり仕上がります。
	フライや天ぷらをあたためるとベチョッとする	● 「カラッとあたため」であたためると、カラッと仕上がります。

お料理が上手にできないとき(レンジ加熱・スチーム加熱)(つづき)

項目	こんなときは	対処方法
生解凍	上手に解凍できない	● 食品を浅めのトレイかペーパータオルの上にのせて解凍してください。 →深めのトレイに食品が入っていると、トレイのふちがじゃまになり温度をうまく測定できず、上手に解凍できないことがあります。 ● うまく解凍できる食品の厚さは3cmまでです。厚さは均一にし、細い部分や魚の尾などにはアルミホイルを巻いてください。 ● 同時に2つ以上を解凍するときは同じ種類のもので同じ大きさにそろえてください。 ● 形状によっては上手に解凍できないことがあります。
	解凍不足	● 食品の温度が部分的に上昇するとセンサーの働きで、加熱終了となり、解凍不足になることがあります。 →食品に薄いところや細いところがあると部分的に加熱されやすいので全体の厚さをそろえて冷凍してください。 →解凍不足の部分は「レンジ200W」で様子を見ながら解凍してください。 →表面がとけかかっていたり、新しいラップをかぶせるとセンサーが正しく働かないことがあります。冷凍庫から出してすぐのものをお使いください。
のみもの のあたため	調理がすぐに終了する のみものの温度が低い	● 庫内(とくに底面)の温度が高いとセンサーが正しく働かないことがあります。扉を開けて、庫内を冷ましてからあたためてください。
	牛乳が熱くなりすぎる	● 「牛乳」であたためていますか?「あたため」では熱くなります。 ● 分量はどのくらい入っていますか?容器に対して8分目まで入れてください。容器に対して少量しか入れないと沸騰する恐れがあります。 ● 容器は31ページのものを参考にしてください。
	お酒が熱くなりすぎる	● 「お酒」であたためていますか?「あたため」では熱くなります。 ● 分量はどのくらい入っていますか?容器に対して8分目まで入れてください。 容器に対して少量しか入れていないと沸騰する恐れがあります。
	上の方と下の方で温度が違う	● 加熱後、まぜてください。 ● とっくりを使用する場合はとっくりの首の部分をアルミホイルで覆うと上下の差が少なくなります。

お料理が上手にできないとき(レンジ加熱・スチーム加熱)(つづき)

項目	こんなときは	対処方法
ゆでもの	うまくできない	● 陶器製、ガラス製、プラスチック製などのふたをしていませんか?ふたは使用しないでください。 葉菜は食品のみラップをして、平皿ごとラップしないでください。 根菜は平皿ごとラップしてください。 ● 分量が100g未満の場合は「レンジ600W」で、様子を見ながら加熱してください。
	野菜が乾燥気味になる	● 野菜を洗い、水気を切らずに調理してください。
	できすぎのところと、加熱の足りないところがある	● かぼちゃ、じゃがいもなどは大きさをそろえてください。ほうれん草などは葉と茎を交互に重ねます。 ● 加熱後は庫内から取り出し、しばらくそのまま置いて5分ほど繰り越し加熱を利用します。 ● 2個以上のときは同じ仕上がりにするために、大きさをそろえてください。
お好み温度	調理がすぐに終了する 食品の温度が低い	● 庫内(とくに底面)の温度が高いとセンサーが正しく働かないことがあります。とびらを開けて、庫内を冷ましてからあたためてください。
スチームあたため	あたため時間が長くかかる	● スチームを発生させてあたためるので、レンジ加熱のみのあたためより時間がかかります。 しっとりとした仕上がりよりもスピードを優先するときは「スピードあたため」であたためてください。
蒸し物	うまくできない	● 分量は合っていますか?料理集に記載されている分量を変えるとうまくできません。 ● 給水カセットの水がなくなっていませんか?水の量が少なかったり、水を入れ忘れるとスチームが出ないのでうまくできません。 ● 給水カセットは奥までしっかりとセットしてください。
スチーム加熱全般	うまくできない	● 給水カセットの水がなくなっていませんか?水の量が少なかったり、水を入れ忘れるとスチームが出ないのでうまくできません。 ● 給水カセットは奥までしっかりとセットしてください。

お料理が上手にできないとき(過熱水蒸気・オーブン加熱)(つづき)

●オーブン調理で上手に仕上げるために

- 室温・形・量・大きさ・初期温度・電源電圧などにより、焼き上がりの状態が変わります。
  加熱途中で食品の前後を入れ替えたり、部分的にアルミホイルをかけると上手に仕上がります。

項目		こんなときは	対処方法
お菓子	スポンジケーキ	ケーキのふくらみが悪い	● 卵はしっかりと泡立てましたか？字が書けるくらいしっかりと泡立ててください。 ● 粉を合わせた後、混ぜすぎていませんか？
お菓子	スポンジケーキ	泡立てがうまくできない	● ボウルや泡立て器に、水分や油分がついていると泡立ちが悪くなります。 ● 水分や油分のついてないボウルをお使いください。
お菓子	スポンジケーキ	きめが粗く粉っぽい	● 粉をふるって入れましたか？ 粉をふるうと、ゴミなどを取り除き、粉に空気を含ませることができます。 ● 粉がなじむまで混ぜましたか？
お菓子	スポンジケーキ	中央が沈む	● 卵の泡立てすぎはありませんか？
お菓子	スポンジケーキ	焼き色が濃い・薄い	● 材料の違い、ケーキ型の違いなどで焼き色が変わります。様子を見ながら調理してください。
お菓子	シフォンケーキ	ふくらみが悪い	● 卵白をしっかり泡立ててください。ボウルをひっくり返しても落ちてこないくらいまで、しっかりと泡立ててください。卵白は冷やしておいた方がよく泡立ちます。
お菓子	シフォンケーキ	ケーキの中に空洞ができた	● 型に生地を流し入れるときに空気が入ったと考えられます。生地を高いところから一気に入れましょう。
お菓子	シュークリーム	ふくらみが悪い	● 分量は正しく量りましたか？ ● 生地を作るときにレンジの加熱時間は正しかったですか？
お菓子	クッキー	焼き色にむらがある	● 生地の厚みや大きさは均一ですか？
パン	バターロール	ふくらみが悪く、かたい	● 生地の発酵は十分でしたか？発酵不足で生地温度が低いとあまりふくらみません。 ● 成形するとき生地をいじめていませんか？生地をいじりすぎると固くなります。ていねいに扱いましょう。 ● 89ページの「パン作りのコツ」を参照してください。
パン	バターロール	焼き色にむらがある	● 1個ずつの大きさはそろってますか？大きさをそろえてください。
パン	フランスパン	上手にできない	● 99ページの「フランスパン作りのコツ」をご覧ください。
焼き物	グラタン	焼き色にむらがある	● チーズの種類によって、焼き色が異なることがあります。様子を見ながら加熱してください。

こんな表示が出たときは

表示例		理由(原因)	処置
「扉開閉」表示	扉開閉	●「あたため」のとき、とびらを閉め、1分以上過ぎてからキーを押すと表示されます。	●もう1度とびらを開閉し、1分以内にキーを押してください。
「冷却中」表示	冷却中	●レンジ加熱を繰り返し使用した場合や、オーブンなどヒーター加熱調理終了後、機械室等を冷却するとき表示されます。	●表示中でも調理できます。 (ただし、「高温注意」などが表示されている場合は、使用できないメニューもあります。)
「高温注意」表示	高温注意	●オーブンなどヒーター加熱調理終了後、庫内が高温のとき表示されます。	●とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。 (15～20分程度で表示が消えます。表示中でも「とりけし」キーを押すか調理メニューを設定すると消え、一部のメニューは使うことができます。)
「C21」と「高温注意」表示	C21 高温注意	●オーブンなどヒーター加熱調理の後などで、庫内温度が高いときに「発酵」「生解凍」「適温スチーム」を設定しスタートすると表示されます。	●「とりけし」キーを押し、とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。
「C21」と「高温注意」表示	C21 高温注意	●オーブンなどヒーター加熱調理の後などで庫内温度が高いときに「あたため」「お好み温度」および一部のメニューをスタートすると表示されます。	●「とりけし」キーを押し、とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。 (手動の「レンジ」は使えます。ただし「お好み温度」は使えません。)
「H」表示	表示番号 H02	●製品が故障している場合があります。	●電源プラグを抜き、販売店または東芝生活家電ご相談センターへ表示番号をお知らせください。
「デモ」表示	デモ	●デモモードが設定されていると、とびらを開けたとき表示されます。 デモモードが設定されていると加熱が行われません。 デモモードとは、店頭で実演するためのモードです。	●「とりけし」キーをピッピッとブザー音がするまで(約3秒)押したあと、「とりけし」キーを押してください。
「水補給」表示	水補給	●給水カセットに水が無いと表示されます。	●調理が一時停止したときは、給水カセットに水を入れ、取り付けた後「スタート」キーを押してください。 ●一時停止しない場合は、給水カセットに水を入れ、取り付けてください。しばらくすると水補給表示は消え、調理はそのまま継続します。

修理を依頼される前に

つぎのような場合は故障ではありません。

現 象	理由(処置)
電源プラグを、コンセントに差し込んでも何も表示しない。	• とびらを閉じた状態で、電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入りません。一度とびらを開けると、電源が入り表示します。
調理中、カチカチと音がする。	• 製品内部のスイッチ切換え音です。故障ではありません。
オーブンなど、ヒーター加熱時に、ボコッボコッという連続音や、ボコンという音がする。	• 熱収縮による庫内壁面の音で故障ではありません。
レンジ調理の開始時および途中に、ジーという連続音がする。	• レンジ調理時の動作音で故障ではありません。
調理中、調理後に音(ファン)がしたり、しなかったりする。	• 製品内部等を冷却するファンの音で故障ではありません。 • 調理後、冷却ファンが回ることがありますが故障ではありません。冷却ファンが回っているときは「冷却中」表示が点滅します。
キーを、押しても受け付けず、何も表示しない。	• 省エネルギーのため、とびらを開けた後5分をすぎると電源を切るためです。(とびらを開け、食品を入れてから操作してください。)
とびらを開けると表示部に「0」が表示される。	• とびらを開けたとき電源が入る仕様です。
調理終了後、1分ごとにピーッピーッピーッと鳴る。	• 調理終了後、庫内の食品を取り出さないと鳴る機能がついています。故障ではありません。
スチームが出ない。	• 給水カセットに水を入れ、正しく本体にセットされていますか。 • オーブン加熱時はスチームが出ていても目には見えません。
スチーム調理中にジュワー、ブシュー、シュワー、ブシュブシュなどの音がする。	• スチームヒーターで加熱された水が蒸発するときの音で、故障ではありません。使い始めてからしばらくは、特に音が大きい場合があります。
とびらがくもる。	• 調理中や調理後に、とびらのガラスがくもる場合がありますが、故障ではありません。2時間くらいすると自然に消えます。庫内のカラ焼き・脱臭をすれば、30分くらいで消えます。(24ページ参照)
水滴が落ちる。 とびらの隙間からスチームがもれる。 庫内に水が残る。	• メニューによっては水滴が出たり、蒸気がもれたりする場合がありますが、本体に影響はありません。水滴は冷めてから乾いた布でふきとってください。
とびらと本体の間からスチームがもれる。	• スチームの量や室温によってスチームがもれることがありますが、調理など性能上の影響はありません。また、レンジ調理での電波のもれはありません。
煙やいやな臭いが出た。	• お使いになり始めた当初は、防錆の油が焼けて臭いや煙が出ることがありますが、故障ではありません。 • 庫内のカラ焼き・脱臭はしましたか。 • 庫内やとびらが汚れていませんか。
オーブン調理中、液晶表示が見えにくくなる。	• 液晶は温度が高くなると表示が濃くなり見えにくくなることがあります。これは液晶の性質によるもので故障ではありません。温度が下がれば元にもどります。
調理中に火花が出た。	• 付属の角皿を使用していませんか。角皿はレンジでは使用できません。 • レンジを使うメニューで金属容器、金網、金串を使用していませんか。 • 金・銀粉、金・銀箔使用の容器は火花が飛ぶことがあります。 • 庫内が汚れていませんか。電波が汚れた部分に集中して、火花が出ることがあります。
庫内が設定温度にならない。	• 設定温度は庫内が空の状態で中心部で測定しています。庫内に食品や付属品を入れて温度を測定すると、温度が合わないことがあります。料理を作る場合は、料理集の温度を目安にしてください。

修理を依頼される前につぎのことを点検してください。

現 象	理由(処置)
まったく動かない。	• 停電ではありませんか。 • 電源プラグが抜けていませんか。 • ご家庭のヒューズやブレーカーが切れていませんか。 • 途中でとびらを開閉したあとで「スタート」キーを押し忘れていませんか。 • 電源が切れた状態で、キー操作をしていませんか。(とびらを開けると電源が入ります。)
「あたため」キーを押しても加熱されない。	• 「扉開閉」が表示されていませんか。とびらを閉めてから1分をすぎるとスタートしません。(一度とびらを開閉して、キーを押してください。)
「あたため」キーを押しても加熱されない。 「のみもの」「生解凍」キーを押し、「スタート」キーを押しても加熱されない	• 「高温注意」が表示されていませんか。(一部のメニューは庫内温度が高いとスタートしません。とびらを開けて庫内をさまし、「高温注意」表示が消えてからキーを操作してください。) • デモモードになっていませんか。61ページの「デモ」表示を参照して、解除してください。
ブザーが鳴らない。	• ブザー音を消す設定になっていませんか。ブザー設定(51ページ)を参照して、設定しなおしてください。
イルミネーションガイドが光らない。	• イルミネーションガイドを消す設定になっていませんか。イルミネーションガイド設定(51ページ)を参照して、設定しなおしてください。
料理のでき上がりが悪い。	• 調理のしかたは正しいですか。(ふた、ラップの有無、付属品など確認してください。) • 庫内が、熱いまま調理しませんでしたか。(庫内の温度が下がるまで待ってください。) • 食品の量は適当でしたか。 • 庫内の上面や底面が汚れていませんか。 • メニューを正しく選んで調理開始しましたか。 • お料理が上手にできないとき(57〜61ページ)を参照してください。
ときどき「スタート」キーを受け付けない。	• とびらを閉めて一息おいてから操作してください。(誤作動防止のため、扉を閉めてすぐはキーを受け付けません)

保証とアフターサービス（必ずお読みください）

修理・お取り扱い・お手入れについてご不明な点は

お買い上げの販売店へご相談ください。
販売店にご相談ができない場合は、下記の窓口へ

東芝生活家電ご相談センター

フリーダイヤル **0120-1048-76**
受付時間：365日　9:00～20:00
携帯電話・PHSなど　**022-774-5402（通話料：有料）**
FAX　**022-224-6801（通信料：有料）**

- お客様からご提供いただいた個人情報は、修理やご相談への回答、カタログ発送などの情報提供に利用いたします。
- 利用目的の範囲内で、当該製品に関連する東芝グループ会社や協力会社に、お客様の個人情報を提供する場合があります。

保証書（別添）

- この東芝過熱水蒸気オーブンレンジには、保証書を別途添付しております。
- 保証書は、必ず「お買い上げ日、販売店名」等の記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき内容をよくお読みの後、大切に保管してください。
- この東芝過熱水蒸気オーブンレンジの保証期間は、お買い上げいただいた日から1年です。ただし発振管（マグネトロン）は2年です。その他、詳しくは保証書をご覧ください。

補修用性能部品の保有期間

- 過熱水蒸気オーブンレンジの補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後8年です。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

部品について

- 修理のために取りはずした部品は、特段のお申し出がない場合は当社で引き取らせていただきます。
- 修理の際、当社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。

修理を依頼されるときは　出張修理

- 56～63ページに従って調べていただき、なお異常があるときは、使用を中止し、必ず電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店にご相談ください。

■保証期間中は

- 保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。なお、修理に際しましては、保証書をご提示ください。

■保証期間が過ぎている場合は

- 修理すれば使用できる場合は、ご希望によって有料で修理させていただきます。

■修理料金のしくみ

修理料金は技術料・部品代・出張料等で構成されています。	
技術料	故障した商品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。
出張料	商品のある場所へ、技術員を派遣する料金です。

■ご連絡いただきたい内容

品　　名	過熱水蒸気オーブンレンジ
形　　名	ER-GD400
お買い上げ日	年　　月　　日
故障の状況	できるだけ具体的に
ご　住　所	付近の目印なども合わせてお知らせください
お　名　前	
電話番号	
訪問希望日	
便利メモ	電話番号

お買い上げ店名を記入されておくと便利です。

■ご転居のときは

- この東芝過熱水蒸気オーブンレンジは、電源周波数50Hz-60Hz共用です。周波数の異なる地域に、ご転居されてもそのままお使いいただけます。

仕様

電源	AC100V　50Hz-60Hz共用		
定格消費電力	電子レンジ1430W（14.6A）、ヒーター加熱1420W（14.2A）		
高周波出力	1000W・600W・500W・200W相当　出力切換		
発振周波数	2450MHz		
ヒーター	熱風1390W・グリル1100W・スチーム1200W		
温度調節範囲	発酵（30、35、40、45℃、スチーム（40℃））、100～350℃※1、適温スチーム（35～95℃※2）		
外形寸法	398（高さ）×500（幅）×497（奥行）mm		
庫内有効寸法	241（高さ）×386（幅）×300（奥行）mm		
質量（重量）	21kg	総庫内容量	31L
コードの長さ	1.4m	区分名	F
電子レンジ機能の年間消費電力量	53.7kWh/年	オーブン機能の年間消費電力量	12.5kWh/年
年間待機時消費電力量	0kWh/年	年間消費電力量	66.2kWh/年
タイマー時限	レンジ1000W：15分 スチーム・適温スチーム・スチームレンジ：25分 レンジ600W・レンジ500W・グリル：30分 レンジ200W・石窯オーブン・発酵：90分 過熱水蒸気・ハイブリッド石窯：60分		

※1 オーブン温度を260℃以上に設定したときは、調理開始後30分で250℃に切り換わります。350℃での運転時間は約5分です。過熱水蒸気・ハイブリッド石窯で設定できる温度は300℃までです。
また、設定温度が270℃以上のときは予熱温度は270℃になります。温度は庫内が空の状態で中心部で測定しています。庫内に食品や付属品を入れて温度を測定すると、温度が合わないことがあります。（料理を作る場合は、料理集の温度を目安にしてください）
※2 温度は庫内下段に角皿を入れ角皿の中心の黒色アルミニウム（擬似負荷）の温度を測定しています。
●実際にお使いになるときの消費電力量は、使用回数や使用時間、食品の量、周囲温度などによって変化しますので、あくまで目安としてご覧ください。
●年間消費電力量は省エネ法・特定機器「電子レンジ」測定方法による数値です。（区分名も同法に基づいています）
●総庫内容量とはJISの規定に基づいて算出された容量のことです。

この製品は、日本国内用に設計されているため海外では使用できません。また、アフターサービスもできません。
This product is designed for use only in Japan and cannot be used in any other country.
No servicing is available outside of Japan.

愛情点検

長年ご使用の電子レンジの点検をぜひ！

このような症状はありませんか。

- 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。
- キーを押し、調理を開始しても食品が加熱されない。
- 自動的に切れないことがある。
- 使用中に異常な音や臭いが出ることがある。
- 庫内のカバーや壁面が汚れ、スパーク（火花）または煙が出ることがある。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、電源プラグをコンセントから抜いて、必ずお買い上げの販売店に点検・修理を依頼してください。（技術のあるサービスマン以外の人は絶対にキャビネットをはずさないでください。）

東芝ホームアプライアンス株式会社
リビング機器事業部
〒101-0021　東京都千代田区外神田2-2-15（東芝昌平坂ビル）

4451806502-T